قیمت فی شمارہ
20 روپے
گھر بھر کی جسمانی بیماریوں، ذہنی الجھنوں اور روحانی مسائل کا حل۔
29
لاہور
ماہنامہ عبقری ®
نومبر 2008ء بمطابق ذیقعد 1429ھجری
باذوق مردوں اور باوقار خواتین کے لئے جسے بچے بھی پڑھ سکتے ہیں۔
ناممکن روحانی مشکلات
لاعلاج جسمانی بیماریاں
آزمودہ اور یقینی علاج کے لئے ماہنامہ عبقری سے دوستی
ذیقعد امن کا مہینہ
سنگترہ نشوونما کے لیے کیوں ضروری ہے؟
نرینہ اولاد
سنبھالو کے اثرات
ذکر الٰہی سے غفلت کی سزا
بچے جن کے ہاتھ پاؤں سائنس کھا گئی
مسلمان جن کا غسلِ میت
سردی کا موسم اور علاج بالغذا و دوا
اولیاء اللہ کے مستند وظائف اور عملیات
ہاتھ پاؤں بھی خوبصورت بنائیں
انمول خزانہ اور دُرود شریف کی برکات
زندگیوں پر رزق کے اثرات
6 سورتوں کا روحانی پیکج

عَبۡقَرِیِّ حِسَانٍ ﴿۷۶﴾ فَبِاَیِّ اٰلَآءِ رَبِّکُمَا تُکَذِّبٰنِ ﴿۷۷﴾ القرآن

بیاد: حضرت خواجہ سید محمد عبداللہ ؒ ہجویری عبقری مجذوب ، جناب حکیم محمد رمضان ؒ چغتائی

زیر سرپرستی: شیخ الحدیث حضرت مولانا محمد عبید اللہ المفتی مدظلہ ، حضرت مولانا محمد کلیم صدیقی مدظلہ (پھلت)

شمارہ نمبر 5 جلد نمبر 3 نومبر 2008 بمطابق ذیقعد 1429ھ

فرقہ واریت اور سیاسی تعصّبات سے پاک

ماہنامہ عبقری لاہور

نومبر 2008ء

مرکز روحانیت وامن کا ترجمان

ایڈیٹر: حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی

پی۔ایچ۔ڈی (امریکہ)

مشاورت: حکیم محمد خالد محمود چغتائی، تجمل الٰہی شمسی، حاجی میاں محمد طارق

قانونی مشیر: سید واجد حسین بخاری (ایڈووکیٹ)

قیمت فی شمارہ 20 روپے اندرون ملک سالانہ 240 روپے بیرون ملک سالانہ 50 امریکی ڈالر

ٹھہریئے پہلے اسے پڑھیئے: اگر آپ ''ماہنامہ'' عبقری کا اجراء کروانا چاہتے ہیں تو اس کا زر سالانہ -/240 روپے ہے۔اور ہر رسالہ کے بیرونی لفافہ پر خریداری نمبر اور مدت خریداری کا اندراج ہوتا ہے اگر زر سالانہ ختم ہو چکا ہے تو ابھی -/240 روپے منی آرڈر کریں۔یا فون (042-7552384) پر رابطہ کریں۔رسالہ نہ ملنے کی صورت میں خریداری نمبر ضرور بتائیں تاکہ آپ کو مکمل معلومات دی جاسکے۔اور منی آرڈر کرتے وقت اپنا پتہ اردو میں، واضح اور صاف صاف تحریر کریں۔جواب طلب امور کے لیے جوابی لفافہ آنا ضروری ہے ورنہ معذرت۔ ہر ماہ پوری فکر کے ساتھ آخری تاریخوں 26 تا 28 میں رسالہ خریداروں کے نام روانہ کر دیا جاتا ہے۔تاکہ یکم سے قبل آپ کو رسالہ مل جائے اسکے باوجود رسالہ محکمہ ڈاک کی غفلت کا شکار ہو جاتا ہے۔اس سلسلہ میں گذارش ہے کہ قارئین! چار پانچ روز انتظار کر لیا کریں۔ کیونکہ بعض دفعہ ٹھیک دوسرے دن یا پھر کئی روز تک پہنچ پاتا ہے اور بار ہا ایسا اتفاق بھی ہوا ہے کہ یہ اطلاع دی گئی کہ رسالہ بروقت پہنچ گیا تھا لیکن کوئی اور صاحب پڑھنے کے لیے لے گئے تھے۔اس لیے پوری تحقیق اور کم از کم ایک ہفتہ کے بعد بھی نہ ملے تو اطلاع کریں۔آئندہ ماہ سپیشل ڈاک سے رسالہ روانہ کیا جائیگا۔اور یہ بھی خیال میں رہے کہ ادارہ کے ذمہ پوری فکر کے ساتھ رسالہ ڈاک خانہ کے حوالے کر دینا ہے نہ آپ کے ہاتھوں میں پہنچانا ہے۔اس لیے ان وجوہات کی بنا پر اپنے قارئین کو اس طرف متوجہ کر رہے ہیں آپ اپنے اخبار فروش یا قریبی بک سٹال سے طلب کریں اور اگر وہ نفی میں جواب دے تو اسکو پیار محبت سے ترغیب دیں کہ یہ ایک روحانی رسالہ ہے اس کو چلانے میں دین و دنیا کا فائدہ ہوگا اور اس کو تعاون کی یقین دہانی کرائیں اس طرح یہ رسالہ تھوڑی سی کاوش سے گھر گھر پہنچ سکتا ہے۔تقسیم اور ایصال ثواب کے لیے خصوصی رعایت

صفحہ نمبر عنوان

صفحہ نمبر عنوان

ایجنسی ہولڈر اپنی مہر لگائیں/ ہدیہ دینے کے لیے اپنا نام لکھیں/ زرِسالانہ ختم ہونے کی اطلاع

حکیم صاحب سے ملاقات
پیر، منگل، بدھ، جمعرات

اوقات کلینک: موسم سرما: 2 بجے دوپہر سے
موسم گرما: 3 بجے دوپہر سے

ٹوکن پہلے آیئے، پہلے پایئے کی بنیاد پر دیئے جاتے ہیں

ضروری اطلاع: حکیم صاحب ہر ملاقاتی پر خصوصی توجہ دینے کے لیے روزانہ تیس مریضوں کا معائنہ کرتے ہیں۔بعض حضرات اوقات کار کا خیال نہیں رکھتے۔تعداد کے تعین کا مقصد ہر فرد پر انفرادی توجہ ہے۔امید ہے اوقات کار کا خیال فرمائیں گے۔

ناغہ (جمعہ، ہفتہ، اتوار)

روحانی اور جسمانی مشورہ اور موبائل پر رابطہ کے لیے مقررہ اوقات کے علاوہ تکلیف نہ فرمائیں

حکیم صاحب سے روزانہ موبائل پر رابطہ
صبح 06:00 بجے تا 07:30 بجے
موبائل نمبر: 0321-4343500
کراچی ادویات کے لیے رابطہ: 0300-3218560
اسلام آباد ادویات کے لیے: 051-5539815
موبائل: 0333-5648351

مستقل پتہ: دفتر ماہنامہ ''عبقری'' مرکز روحانیت وامن 78/3، مزنگ چونگی، قرطبہ چوک، یونائیٹڈ بیکری اسٹریٹ جیل روڈ لاہور

0322-4688313، 042-7552384 Website:www.ubqari.net

محمد طارق محمود ناشر نے اظہار سنز پرنٹرز، 9 ریٹی گن روڈ سے چھپوا کر مزنگ لاہور سے شائع کیا۔

اللہ تعالیٰ کا ارشاد ہے ”جو لوگ اپنے مال کو خرچ کرتے ہیں رات کو اور دن کو، چھپا کر اور ظاہر میں، انہی کے لیے اپنے رب کے ہاں ثواب ہے اور ان پر نہ کوئی ڈر ہے اور نہ وہ غمگین ہونگے۔ (سورۂ بقرہ آیت نمبر 273)

حضرت ابوایوب انصاریؓ روایت کرتے ہیں کہ رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا ہے: جو شخص پودا لگاتا ہے پھر اس درخت سے جتنا پھل پیدا ہوتا ہے اللہ تعالیٰ پھل کی پیداوار کے بقدر پودا لگانے والے کے لیے اجر لکھ دیتے ہیں۔ (مسند احمد)

حالِ دل

ایڈیٹر کے قلم سے

جو میں نے دیکھا، سُنا اور سوچا

ایک شخص اپنی بدکاری کے قصے بڑے فخر سے سنایا کرتا تھا۔ کالج دور تھا، کبھی کبھی اس کی باتیں کانوں میں پڑ جاتی تھیں لیکن اس کی ایک بات ابھی تک نہیں بھولتی اور نہ کبھی بھولے گی۔ بقول اس شخص کے کہ میرا بار بار کا تجربہ ہے کہ لڑکوں اور لڑکیوں میں بدکاری کا جذبہ ناپاک رزق سے شروع ہوتا ہے۔ مزید کہنے لگا کہ میں نے جب بھی کسی کو حد سے بڑھا ہوا دیکھا تو تحقیق پر پتہ چلا کہ اس کے تن من میں پاکیزہ رزق نہیں اور میرا یہ تجربہ اتنا پختہ ہے کہ میں قسم کھا کر اور آنکھیں بند کر کے اعتماد سے ہر جگہ آزماتا ہوں اور بالکل صحیح پاتا ہوں۔ کیا واقعی رزق ہی انسان کے کردار میں نکھار پیدا کرنے کے لیے پہلی سیڑھی ہے؟ کیا رزق کی پاکیزگی سے نسلیں باحیا اور ناپاکی سے نسلیں بے حیا بن جاتی ہیں؟ کیا آنکھیں رزق ہی سے جھکتیں ہیں اور رزق ہی انہیں حیا، شرم اور حجاب دیتا ہے؟ یہ بات بالکل درست اور حقیقت پر مبنی ہے وہ اس لیے کہ سارا دن معاشرے میں بکھرے پھیلے واقعات نے یہ بات واضح کر دی ہے۔

عرصہ پہلے ایک خط آیا کہ میرے گھر میں ہر وقت پریشانی، مشکلات، جھگڑے، ناچاقی، بچوں کی بیماری بلکہ الماریاں ادویات سے بھری رہتی ہیں۔ وقتی افاقہ ہوتا تھا پھر وہی تکالیف۔ ایک مشکل سے نکلتے تھے، دوسری میں اٹک جاتے تھے۔ ایک بار میرا بڑا بھائی جو کہ ماشاء اللہ احتیاط اور تقویٰ کی طرف مائل ہے، سارے حالات دیکھ کر کہنے لگا نہ جادو ہے، نہ جنات، نہ حسد، نہ نظرِ بد، نہ بندش بلکہ یہ سب کچھ رزق کے کمالات اور ثمرات ہیں۔ چونکہ میں چونگی محرر تھا اور اِدھر اُدھر کا رزق گھر لاتا رہتا تھا۔ اس کے اشارے کو سمجھ گیا۔ معالجین کی ادویات سے تھک گیا تھا۔ زندگی اور گھر کی بے سکونی نے تھپڑ مار مار کر مجھے ادھ موا کر دیا تھا۔ پھر اس پر جلتی کا کام کہ لوگوں نے مجھے ان راہوں پر لگا دیا کہ تیرے اوپر کسی نے جادو کر دیا ہے۔ میں جادوگروں کے پیچھے لگا رہا مگر وہاں سے بھی مایوسی نے مجھے عاجز کر دیا تھا۔ بس میں نے اپنے رزق پر توجہ دینا شروع کی۔ پہلے پہل مشکلات آئیں اور میری بیوی نے میرا ساتھ چھوڑ دیا۔ ہر وقت کوئی نہ کوئی گھر میں مصیبت آتی رہی اور ہم صبر اور اپنی مختصر تنخواہ پر گزارا کرتے رہے، کہنے لگا میں بیان نہیں کر سکتا کہ میرے اوپر کتنی مشکلات آئیں۔ لوگوں نے تعاون کرنا چھوڑ دیا۔ وہ لوگ جو میرے حرام رزق میں میرے ساتھی، ہمدرد اور مخلص تھے، وہی میرا ساتھ چھوڑ گئے۔ جو میری مسکراہٹ کا جواب قہقہے سے دیتے، وہ میرے آنسوؤں کو بے حیثیت سمجھنے لگے۔

لیکن میں نے ہمت نہ ہاری پھر میری استقامت اور ہمت کو دیکھ کر اللہ تعالیٰ نے میرے لیے کرم، برکت اور عطا کے فیصلے کرنے شروع کر دیئے اور ایسے غیب سے برکت، رحمت اور رزق کے دروازے کھولے کہ گمان سے باہر ہے۔ ہاں کچھ عرصہ امتحان دیا اور حال آئے لیکن استقامت کی کوشش کی۔

درسِ ہدایت

ہفتہ وار درس سے اقتباس

حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی

رزق کا تعلق تعلیم سے نہیں، ڈگری سے نہیں ہے کہ ڈگریوں والے ایک انگوٹھا چھاپ مل مالک کے نوکر ہوتے ہیں۔ ایم۔ بی۔ اے کیا ہوا ہے، سی۔ اے کیا ہوا ہے اور جو مل کا مالک ہے، وہ انگوٹھا چھاپ ہے۔

رزق کا تعلق عقل سے نہیں

میرے محترم دوستو۔ رزق کے دروازے اللہ تعالیٰ جل شانہٗ کے عرش کے ساتھ لگے ہوئے ہیں۔ جس کے لیے چاہے رزق کی فراوانی کردے اور جس کے لیے چاہے رزق کو تنگ کردے۔ رزق کا تعلق اپنی کوششوں سے ہے نہ اپنی کاوشوں سے ہے۔ وہ تو کوئی اور کائنات کا نظام ہے جہاں سے رزق آتا ہے۔ کائنات میں ایک اور نظام ہے جہاں سے رزق ملتا ہے۔ عقل سے اس کا تعلق نہیں۔ سمجھ سے اس کا تعلق نہیں۔ حسن و جمال سے اس کا تعلق نہیں۔ قومیت سے اس کا تعلق نہیں کہ بڑی قوم والا ہے اس کو زیادہ رزق ملے گا۔ قد سے اس کا تعلق نہیں کہ بڑے قد والے کو زیادہ رزق ملے۔ چھوٹے قد والے کو تھوڑا رزق ملے۔ درمیانے قد کو درمیانہ رزق ملے۔ حتیٰ کہ رزق کا تعلق تعلیم سے نہیں، ڈگری سے نہیں ہے کہ ڈگریوں والے ایک انگوٹھا چھاپ مل مالک کے نوکر ہوتے ہیں۔ ایم۔ بی۔ اے کیا ہوا ہے، سی۔ اے کیا ہوا ہے اور جو مل کا مالک ہے وہ انگوٹھا چھاپ ہے۔ اسے دستخط کرنے نہیں آتے اور پڑھنا نہیں آتا۔ رزق کا تعلق ڈگری سے بھی نہیں، مال سے بھی نہیں، چیزوں سے بھی نہیں، اسباب سے بھی نہیں۔ اچھا پھر زیادہ عقل سے بھی نہیں ہے کہ انسان جتنا زیادہ سمجھ دار ہو گا اتنی زیادہ رزق کی فراوانی ہو گی۔ سمجھ سے بھی اس کا تعلق نہیں ہے۔ عمدہ کلام سے بھی تعلق نہیں ہے۔ میں نے ایک شخص کو دیکھا وہ کہتا تھا کہ گاہک کو قائل کرنے میں اس کا کوئی ثانی نہیں لیکن وہ ہر وقت معاشی مشکلات میں مبتلا رہتا تھا۔ کاروباری مشکلات، معاشی تنگی، رزق کی تنگی، اُن میں مبتلا رہتا تھا۔ اس کو اکثر رزق کے بارے میں پریشانی رہتی تھی حالانکہ قائل کرنے میں اس سے بڑا فن کوئی نہیں جانتا تھا۔ رزق کے دروازے اللہ تعالیٰ جل شانہٗ کے عرش کے ساتھ لگے ہوئے ہیں۔ دنیا کی چیزوں، دنیا کے اسباب سے اس کا کوئی تعلق ہی نہیں ہے۔ بس اللہ جل شانہٗ نے ایک نظام بنایا ہے کہ کوشش کرو، محنت کرو اور اس کوشش اور محنت سے تمہیں ملے گا۔ اللہ جل شانہٗ کا نظام ہے کہ تم کوشش کرو اور محنت کرو۔ دکان ایک برتن کی مانند ہے، زمین برتن ہے، دفتر برتن ہے، صنعت برتن ہے، تجارت برتن ہے اس برتن میں ڈالتا کون ہے؟ میرا رب ڈالتا ہے۔ یہ سارے کشکول ہیں، بھکاری کے کشکول ہیں۔ جس کے پاس بڑی مل ہے بڑا بھکاری ہے۔ جس کے پاس چھوٹی دکان ہے وہ چھوٹا بھکاری ہے تو معلوم ہوا سارے بھکاری ہیں۔ اللہ پاک فرماتے ہیں کہ تم سب سارے کے سارے فقیر ہو۔ صرف اور صرف میرا رب غنی ہے۔ ہم سب بھکاری۔ کوئی بڑا بھکاری کوئی چھوٹا بھکاری۔ کسی نے ایک جوتی بنالی اسے موچی کہا، کسی نے جوتی بنانے کی مل لگا لی اسے صنعت کار کہا۔ پہلے والا چھوٹا اور دوسرا بڑا موچی۔

جو مالک ہوتا ہے کنجی بھی اسکے پاس ہوتی ہے

اس لیے میرے محترم دوستو۔ رزق کا نظام کہیں اور جگہ سے ہے۔ فرمایا رزق کا دروازہ عرش کے ساتھ ملا ہوا ہے اور رزق کی وسعت کے اللہ جل شانہٗ نے جو دروازے رکھے ہیں پھر اُن کی کنجیاں بھی دی ہیں۔ ساری کائنات کے، زمین و آسمان کے جو خزانے ہیں اُن کے مالک اللہ پاک ہیں۔ پنڈی میں مجھے ایک صاحب ملے، فرمانے لگے کہ میں نے اب تک چار یا پانچ کاروبار چھوڑے ہیں۔ میں نے کہا کیوں چھوڑے؟ اس کے یہ الفاظ ہیں روٹی بہت تھی اور روزی بہت تھی لیکن رزق کا جو انداز تھا، رزق کا جو ذریعہ تھا اس میں ایک چیز تھی کہ جھوٹ کے بغیر چلتا نہیں تھا۔ کہنے لگا میں نے سچ کے ساتھ چلانے کی بہت کوشش کی لیکن جھوٹ اس معاشرے میں اتنا کامیاب ہو چکا ہے کہ وہ میرے سچ کو بھی جھوٹ سمجھیں گے۔ آخرکار میں نے یہی سوچا کہ اس کو چھوڑ دوں۔

رزق کی ناپاکی کے اسباب

کہنے لگے میں پھر کسی اللہ والے کے پاس گیا۔ ان سے میں نے عرض کیا کہ رزق کا کوئی ذریعہ بتائیں۔ میں جھوٹ کے ساتھ رزق نہیں کمانا چاہتا۔ میں ایسے انداز کا رزق کمانا نہیں چاہتا کہ خیالات کی خیانت ہو، میری نگاہوں کی خیانت ہو، میرے وقت کی خیانت ہو۔ میری زندگی کی کسی قسم کی ترتیب کی خیانت نہ ہو۔ اُن سے پوچھا کہ خیالات کی خیانت کیا ہوتی ہے؟ وہ سادہ سا آدمی اور ایسی حکمت بھری باتیں کر رہا تھا کہ میں سب کو چھوڑ کر اس کی باتیں سننے بیٹھ گیا۔ میں نے کہا خیالات کی خیانت کیا ہوتی ہے؟ کہنے لگا کہ خیالات کی خیانت یہ ہے کہ میرے دل میں ہے کہ یہ چیز تھوڑی کردوں یا کم کردوں اور جس نے مجھے تنخواہ دی ہے اس کی منشاء کچھ اور ہے مگر میں اپنی منشاء چلاؤں یہ خیالات کی خیانت ہے۔ کہنے لگے یہ جو تھوڑی تھوڑی خیانتیں ہیں، رزق کو ناپاک کرتی چلی جاتی ہیں۔ اپنی اولاد کو یہ ناپاک رزق کھلاؤں اور پھر اس اولاد سے خیر کی توقع رکھوں۔ کہنے لگے یہ تو ایسے ہے کہ جیسے میں گرمی میں آگ جلا کے اس سے ٹھنڈک کی توقع رکھوں۔ اپنے کمرے میں آگ جلا دوں اور پھر کہوں کہ میرا کمرا ٹھنڈا ہو جائے گا۔ آپ کو چند چابیاں عرض کرتا۔ جن سے رزق بڑھتا ہے جن سے رزق کھلتا ہے اور جن سے رزق میں وسعت آتی ہے، جن سے رزق میں برکت آتی ہے۔ یاد رکھیے گا ایک برکت ہے اور ایک کثرت ہے۔ ہم بھی دیوانے نکلے کہ ہم کثرت کو برکت سمجھ بیٹھے۔ یاد رکھیے گا کثرت کسی اور چیز کا نام ہے اور برکت آسمانی نعمت ہے۔ آج ایک بات یاد رکھیے گا رزق کبھی بدن کو نہیں ملتا، رزق ہمیشہ روح کو ملتا ہے، روح کی طاقت کے بقدر رزق ملتا ہے، بدن کی طاقت کے بقدر رزق نہیں ملتا۔ (جاری ہے)

سنگترہ نشوونما کیلئے کیوں ضروری ہے؟

جنید احمد، لاہور

سنگترہ کھانے سے بدہضمی ہوجائے تو فوری طور پر دو تولے گڑ کھالیں، طبیعت بالکل صحیح ہوجائے گی۔ بھوک بڑھانے کیلئے سنگترے کی قاشوں پر سونٹھ اور کالا نمک باریک سفوف بنا کر چھڑکیں، ایک ہفتہ کے اندر بھوک بڑھ جائے گی۔ سنگترہ صفراء کو دور کرتا ہے۔

فارسی	رنگترہ	سندھی	سنگترہ	انگریزی	Orange

اس کا رنگ سرخ زردی مائل اور ذائقہ چاشنی دار شیریں ہوتا ہے۔ بعض سنگترے ترش اور بعض شیریں ہوتے ہیں۔ ان کا مزاج سرد تر تیسرے درجے میں ہوتا ہے۔ اس کی مقدار خوراک تین سے پانچ دانے تک ہے۔ اس کے کئی ایک فوائد ہیں۔

سنگترہ کے فوائد: (1) سنگترہ دل کو تقویت بخشتا ہے۔ (2) سنگترہ مفرح ہوتا ہے اور پیاس کی شدت کو کم کرتا ہے۔ (3) جسم کی حرارت کو دور کرتا ہے۔ (4) اس کا چھلکا خشک کرکے مختلف ابٹنوں کے کام آتا ہے جس سے چہرے کے داغ دھبے دور ہوجاتے ہیں۔ سنگترے کا چھلکا خشک ایک تولہ رگڑ کر سرسوں کا تیل ملا کر چہرے پر لیپ کرنے اور ایک گھنٹہ بعد دھو لینے سے چہرہ صاف ہوجاتا ہے۔ (5) خفقان، وحشت اور متلی کو دور کرتا ہے۔ (6) اس کے استعمال سے وبائی بیماریاں قریب نہیں آتیں۔ (7) جن لوگوں کو تیزابیت کی شکایت ہو تو سنگترہ کے چند روز استعمال سے بالکل ٹھیک ہوجاتی ہے۔

(8) ہیضہ، طاعون، ٹائیفائیڈ اور گرمی کے اسہال کیلئے سنگترہ کا استعمال بہت مفید ہوتا ہے۔ (9) سنگترہ کا شربت پیاس کو تسکین دیتا ہے اور قوت قلب کیلئے مفید ہوتا ہے۔ اس کا طریقہ یوں ہے کہ سنگترہ کا رس ایک سیر اور چینی دو سیر ملا کر ہلکی آنچ پر شربت تیار کریں اور دو تولے شربت صبح و شام استعمال کرنا مفید ہوتا ہے۔ (10) اگر سنگترہ کھانے سے بدہضمی ہوجائے تو فوری طور پر دو تولے گڑ کھالیں طبیعت بالکل صحیح ہوجائیگی۔ (11) سنگترہ کا رس نکال کر بوتلوں میں بھرلیں پھران بوتلوں کو ابلتے ہوئے پانی میں رکھ دیں۔ پھر کارک لگا کر اس پر موم چڑھا دیں اور مزید کچھ دیر گرم پانی میں رہنے دیں۔ اس طرح سنگترے کا رس محفوظ ہوجائے گا اور حسب ضرورت استعمال کیا جاسکتا ہے۔ (12) شیر خوار بچوں کو سنگترے (میٹھے) کا رس بے حد مفید ہوتا ہے۔

(13) سنگترہ سینے کو صاف کرتا ہے اور جوش خون کو رفع کرتا ہے۔ (14) سنگترے کے رس میں وٹامن سی اور کیلشیم وافر مقدار میں پائے جاتے ہیں جو انسانی نشوونما کیلئے بہت ضروری ہوتے ہیں۔ (15) اس کے علاوہ وٹامن اے بی اور ڈی بھی سنگترے میں پائے جاتے ہیں۔ (16) سنگترہ مصفی خون بھی ہوتا ہے۔ روزانہ کے استعمال سے پھوڑے پھنسیاں دور ہوجاتی ہیں۔ (17) ثقیل غذا کے بعد سنگترے کا کھانا انتہائی مفید ہوتا ہے۔ (18) سنگترے کے چھلکوں کو کاٹ کر چاولوں میں ڈال کر پکایا جاتا ہے۔ جس سے چاول لذیذ اور خوش ذائقہ ہوجاتے ہیں۔ (19) سنگترے کے چھلکوں سے تیل بھی نکالا جاتا ہے۔ جو بطور خوشبو استعمال ہوتا ہے۔ (20) سنگترے سے مارملیڈ تیار کیا جاتا ہے جو بچے بطور جام کے بڑے شوق سے کھاتے ہیں۔ (21) ایام حمل میں سنگترے کے استعمال سے اولاد خوبصورت پیدا ہوتی ہے۔ (22) میٹھے سنگترے کا رس ایک پاؤ اور کوزہ مصری ایک تولہ ملا کر چار روز تک ایک دفعہ روزانہ پینے سے کھانسی دور ہوجاتی ہے۔ (23) بھوک بڑھانے کیلئے سنگترے کی قاشوں پر سونٹھ اور کالا نمک باریک سفوف بنا کر چھڑکیں' ایک ہفتہ کے اندر بھوک بڑھ جائے گی۔ (24) سنگترے کا مارملیڈ تیار کرنے کیلئے سنگترے کے چھلکوں کو ایک تہائی انچ کے برابر ٹکڑا کاٹ لیں ان ٹکڑوں پر اتنا پانی ڈالیں کہ یہ ڈوب جائیں اور انہیں دس منٹ تک ابالیں۔ جب چھلکے نرم ہوجائیں تو چھان کر الگ رکھ لیں۔ پھر دو درجن سنگتروں کا رس' آدھ سیر چینی' گلوکوز آدھ سیر' جیلاٹن پانچ تولہ اور ست سنگترہ چھ قطرے' پہلے سنگترے کے رس، چینی اور گلوکوز کو پکائیں جب قوام گاڑھا ہوجائے پھر باقی اشیاء ڈال دیں اس کے بعد آگ سے اتار کر ٹھنڈا کرلیں اور ست سنگترہ ملا دیں اور خشک بوتلوں میں بھر لیں۔ (25) سنگترہ صفراء کو دور کرتا ہے۔

موٹاپا، بلڈ پریشر، اور جوڑوں کے درد کے لیے

خالص شہد، لہسن کی تین چار پوتھیاں، پھلوں کا سرکہ، لیموں ان سب کو گرائنڈ کرلیں اور 8 دن کے لیے فریج میں رکھیں اور روزانہ وقفے وقفے سے چمچ کے ساتھ ہلاتے رہیں، نویں (9) دن کے بعد اس کو صبح خالی پیٹ ایک چمچہ استعمال کریں۔ (شہناز مظفر۔ گجرات)

بہادر کی شان

کھانا کھانے کے بعد اس نے والی کرمان کو کہلا بھیجا کہ یہ دن میں لڑنے اور رات کو کھانا کھلانے کا مطلب کیا ہے؟

(عدنان محمود چوہان۔ فیصل آباد)

دسویں صدی عیسوی کی بات ہے۔ عضدولہ، کرمان پر حملہ آور ہوا۔ والی کرمان نے دیکھا کہ حملہ آوروں کی طاقت زیادہ ہے اور کھلے میدان میں مقابلہ کرنا ممکن نہیں تو قلعہ بند ہو کر لڑنے لگا۔ بڑے گھمسان کا رن پڑا۔ دونوں فوجوں نے دل کھول کر بہادری دکھائی۔ آخر جب سورج غروب ہوا تو فوجیں اپنے اپنے پڑاؤ میں چلی گئیں۔ پھر عضدولہ کی سپاہ نے دیکھا کہ قلعے کی طرف سے دیگیں ہی دیگیں چلی آرہی ہیں۔ انہیں کچھ شبہ ہوا۔ جیسے ہی پہلی دیگ قریب پہنچی، گرم گرم کھانے کی خوشبو آئی۔ انہوں نے سمجھا ممکن ہے ایک دو دیگوں میں کھانے کی چیزیں ہوں اور باقیوں میں کچھ اور۔ لیکن سب دیگیں کھانے ہی کی تھیں۔

دشمن اور تواضع! بات کچھ سمجھ نہ آئی تھی۔ عضدولہ تک خبر پہنچی تو اسے بھی تعجب ہوا۔ کسی نے کہا کھانے میں زہر نہ ملا ہو، احتیاط کی ضرورت ہے۔ عضدولہ نے اس خیال کو مسترد کرتے ہوئے کہا کہ یہ بات بھول جاؤ، میرا دشمن کمینہ ہرگز نہیں ہوسکتا۔ کھانا کھانے کے بعد اس نے والی کرمان کو کہلا بھیجا کہ دن کو لڑنے اور رات کو کھانا کھلانے کا مطلب کیا ہے؟

جواب آیا لڑنا اعلان بہادری ہے اور دشمن کو کھانا کھلانا شان بہادری۔ آپ لوگ اگرچہ میرے مخالف ہیں لیکن میرے شہر میں اجنبی اور قلعے کے اس قدر قریب آکر میرے پڑوسی بن گئے ہیں۔ (یہ بات شرافت اور مروت سے بعید ہے کہ آپ مسافر اور پڑوسی ہوں اور خود پکا کر کھائیں۔)

عضدولہ میدان جنگ میں تو زیر نہ ہوا مگر اس شان بہادری کے آگے زیر ہوگیا۔ صبح کا سورج طلوع ہوا تو کرمانیوں نے دیکھا کہ دشمن کا لشکر اپنا پڑاؤ اٹھائے جارہا ہے۔ کسی نے عضدالدولہ سے کہا آپ تو کرمان فتح کرنے آئے تھے۔ اس نے جواب دیا ہاں میں ہار کر جارہا ہوں۔ ایسے بہادروں سے کیا لڑنا۔

اہم اعلان

قارئین توجہ فرمائیں یکم جنوری 2008 سے محکمہ ڈاک نے منی آرڈر/وی پی فیس -/50 روپے کردی ہے۔ خریدار حضرات نوٹ فرمائیں۔ (ادارہ)

آگ سے بچو، خواہ کھجور کا ایک ٹکڑا خیرات کرکے سہی۔

ہاتھ پاؤں بھی خوبصورت بنائیں!

عائشہ، لاہور

ابٹن میں تھوڑا سا دودھ یا پانی ملا کر پیسٹ بنا لیں۔ اسے اپنے بازوؤں اور کہنیوں پر اچھی طرح ملیں۔ خشک ہو جائے تو رگڑ رگڑ کر اتار لیں۔ اس طریقہ سے نہ صرف بازوؤں کا کالا پن ختم ہوگا بلکہ ان کا فالتو رواں بھی ختم ہو جائے گا۔

عموماً دیکھا گیا ہے کہ لوگ اپنے چہرے کے حسن و خوبصورتی کیلئے تو کئی کئی گھنٹے صرف کر دیتے ہیں لیکن ہاتھوں اور پیروں کی طرف ان کی توجہ نہ ہونے کے برابر ہوتی ہے۔ جس کا نتیجہ ہاتھوں اور پیروں کا پھٹنا' ایڑیوں کا زخمی ہونا اور چہرے سے پہلے ہاتھوں پر جھریاں پڑنے کی شکل میں ظاہر ہوتا ہے۔ ہاتھوں اور پیروں کو خوبصورت بنانے اور ان کی خصوبصورتی کو برقرار رکھنے کے کچھ قدیم و جدید طریقے بتائے جا رہے ہیں' جن کے استعمال سے آپ بھی خوبصورت اور نرم و ملائم ہاتھوں کے مالک بن سکتی ہیں۔

پیڈی کیور:۔

پاؤں کی حفاظت کے جدید طریقے کو پیڈی کیور کہتے ہیں۔ اس کیلئے سب سے پہلے پاؤں کے ناخنوں کو حسب منشا کاٹ لیں۔ عموماً پاؤں کے ناخن ہلال شکل کی بجائے سیدھے کاٹنے چاہئیں۔ اس کے بعد صابن اور ڈیٹول ملے پانی میں پانچ منٹ تک پاؤں ڈبوئیں اس کے بعد جھانویں یا نوک دار پتھر سے ایڑیاں صاف کریں۔ اب پاؤں باہر نکال کر اچھی طرح خشک کریں۔ اس کے بعد پیروں کا مساج کریں۔ تھوڑا سا لوشن یا مساج کریم لے کر انگلیوں اور ہتھیلیوں کی مدد سے اس طرح مساج کریں کہ پنڈلی پر انگلیوں کا رخ اوپر گھٹنے کی جانب ہو اور پیر پر جس طرح بھی ممکن ہو' انگلیوں پر خصوصی توجہ دیں اور ان کا اچھی طرح مساج کریں۔

ویکسنگ:۔

ویکسنگ بھی ہاتھوں اور پیروں کی خوبصورتی بڑھانے کا جدید اور قابل عمل طریقہ ہے۔ ہاتھوں اور پیروں پر جو فالتو بال ہوتے ہیں ان سے ہاتھوں اور پیروں کی خوبصورتی ختم ہو جاتی ہے۔ ویکسنگ کرنے سے ہاتھوں اور پیروں کے فالتو بال صاف ہو جاتے ہیں اور ہاتھ پاؤں خوبصورت دکھائی دیتے ہیں۔ تیار ویکس کریم بازار میں بآسانی مل جاتی ہے۔ ویکس کرنے کا طریقہ یہ ہے کہ کسی موٹے کپڑے پر اچھی طرح ویکس کریم لگا لیں۔ پھر جہاں کے بال صاف کرنا مقصود ہوں وہاں پر کپڑا لگائیں۔ کپڑا بالوں کی مخالف سمت نہ لگائیں۔ کپڑے کو اچھی طرح چپکا کر بالوں کی مخالف سمت میں ایک جھٹکے سے کھینچ لیں۔ اسی طریقے سے دونوں ہاتھوں اور پیروں کی ویکسنگ کریں۔ ویکسنگ کرنے کے بعد نمایاں فرق آپ محسوس کریں گی۔

ہاتھوں اور پیروں کی حفاظت کیلئے یہ تو کچھ موجودہ اور جدید طریقے تھے جو بآسانی کسی بھی پارلر میں کیے جاسکتے ہیں لیکن کچھ قدیم نسخے ایسے بھی ہیں جن کا ہاتھوں' پیروں پر استعمال کسی پارلر میں نہیں ملتا۔ یہ کچھ ایسے گھریلو طریقے ہیں جو عرصہ دراز سے عورتیں اپنے ہاتھوں اور پیروں کی حفاظت کیلئے استعمال کرتی آرہی ہیں جن میں سے کچھ آزمودہ طریقے آپ کیلئے پیش کیے جارہے ہیں۔

(1) ایک بالکل آسان اور سادہ طریقہ تو یہ ہے کہ لیموں جو ہر گھر میں استعمال ہوتا ہے، اس کے چھلکوں کو روزانہ بازوؤں اور کہنیوں پر ملیں' یہ عمل آپ فون کرتے ہوئے یا اخبارات پڑھتے بھی کر سکتی ہیں اور اس کا اثر چند دنوں میں ہی نمایاں طور پر محسوس ہوتا ہے۔

(2) ابٹن میں تھوڑا سا دودھ یا پانی ملا کر پیسٹ بنا لیں۔ اسے اپنے بازوؤں اور کہنیوں پر اچھی طرح ملیں۔ خشک ہو جائے تو رگڑ رگڑ کر اتار لیں۔ اس طریقہ سے نہ صرف بازوؤں کا کالا پن ختم ہوگا بلکہ ان کا فالتو رواں بھی ختم ہو جائے گا۔

3۔ کہنیوں کو گورا کرنے کیلئے ایک لیموں کے دو حصے کریں۔ اس پر ایک تولہ نوشادر چھڑک کر کہنیوں پر رگڑیں جب نوشادر اچھی طرح جذب ہو جائے تو دونوں کہنیوں پر آدھے گھنٹے تک لیموں کا پانی آہستہ آہستہ رگڑیں۔ ہفتہ میں چار بار یہ عمل کرنے سے کہنیاں بالکل صاف ہو جائیں گی۔

ہاتھوں اور پیروں کی سیاہ انگلیاں

اکثر دیکھا گیا ہے کہ لوگوں کے ہاتھ اور پیر تو صاف ہوتے ہیں لیکن ان کی انگلیاں اور جوڑ کالے اور کھردرے ہوتے ہیں جو دیکھنے میں برے معلوم ہوتے ہیں۔ اس کی ایک وجہ تو یہ ہے کہ انگلیوں پر ہلکا ہلکا رواں ہوتا ہے جو ان حصوں کو باقی ہاتھ کی بہ نسبت کالا ظاہر کرتا ہے' اس لیے سب سے پہلے تو وہ رواں صاف کریں۔ اس کے علاوہ

1۔ آدھا کپ دودھ' ایک بڑا چمچہ عرق گلاب اور چند قطرے لیموں کا رس ملا کر ہاتھوں کی مالش کریں۔ چند دنوں میں سیاہ انگلیوں میں نمایاں فرق پڑیگا۔

2۔ کچا دودھ' ہلدی اور بیسن کو باہم ملا کر پیسٹ بنا لیں اس پیسٹ کو اچھی طرح ہاتھوں اور پیروں پر ملیں۔ یہ عمل بھی سیاہی دور کرنے کیلئے مفید ہے۔

خشک اور کھردرے ہاتھ:۔

صابن میں پائے جانے والے ڈیٹرجنٹس اور نمکیات وغیرہ ہاتھوں کی جلد خشک کر دیتے ہیں۔ اس کے علاوہ پانی کے زیادہ استعمال سے بھی ہاتھ' پیر سخت اور کھردرے ہو جاتے ہیں' جن پر مناسب توجہ نہ دی جائے تو یہ آپ کے حسن کو گہنا دیتے ہیں۔

1۔ ہاتھوں کو ملائم رکھنے کیلئے چار چمچ عرق گلاب' دو چمچ گلیسرین اور ایک چمچ لیموں کا رس ملا کر کسی بوتل میں بھر لیں اور بوتل کو باتھ روم اور کچن میں رکھ دیں۔ برتن یا کپڑے دھونے کے بعد اچھی طرح ہاتھ خشک کر کے یہ محلول اچھی طرح لگائیں۔ ہاتھوں کو نرم کرنے کا یہ بہترین طریقہ ہے۔

2۔ ایڑیوں اور تلوؤں کی جلد بہت موٹی ہوتی ہے' اس لیے جسم میں قدرتی طور پر بننے والا تیل جلد کے اس حصے کو ملائم رکھنے میں ناکام رہتا ہے' لہٰذا باہر سے چکنائی لگانے کی ضرورت ہوتی ہے' اس کیلئے دو چمچے پسی ہوئی ہلدی اور تین چمچے سرسوں کا تیل ملا کر گاڑھا لیپ بنا لیں۔ رات کو اچھی طرح پاؤں دھو کر خشک کرنے کے بعد یہ لیپ پورے پاؤں پر لگا کر جرابیں پہن لیں۔ اس عمل کو روزانہ اس وقت تک دہرائیں جب تک ایڑیاں ٹھیک نہ ہو جائیں۔ ٹھیک ہونے کے بعد کبھی کبھی یہ عمل دہرائیں۔

ہر ضرورت پوری ہو: عطار بن ابو ریاح کہتے ہیں کہ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا جو شخص صبح کو سورہ یٰسین پڑھے اسکی ضرورتیں پوری ہو جائینگی (دارمی)

لڑکے، لڑکیوں اور والدین کے لیے

جنسی آزادی اور ہماری زندگی

خلوت میں اچھے خیالات اور اچھی اولاد کی طلب نیک اور صالح اولاد کو جنم دیتے ہیں اور برے اور شیطانی خیالات بے ادب اور گستاخ اولاد پیدا کرتے ہیں۔ اس لیے حد سے بڑھی ہوئی شہوت پرستی پر قابو پایئے۔

نوجوانوں کے جنسی مسائل پر ماہنامہ عبقری میں ایک تسلسل کے ساتھ لکھا جارہا ہے۔ ہم کوشش کررہے ہیں کہ اس سلسلہ میں ایک نوجوان مرد اور عورت کو پیش آنے والے روزمرہ کے گھریلو اور جنسی مسائل پر بحث جاری رکھی جائے اور اپنی معلومات اور حیثیت کے مطابق رہنمائی کی جاتی رہے۔ اسی موضوع پر ہمیں بہت سے خطوط بھی موصول ہوتے ہیں اور ان خطوط میں بے شمار مخفی پہلوؤں کو اجاگر کرنے کی استدعا بھی کی جاتی ہے۔ اس موضوع پر قارئین کس قدر دلچسپی لے رہے ہیں اس کا اندازہ آپکو بے شمار خطوط میں سے دو خطوط پڑھ کر ہوجائے گا جو آپ کی دلچسپی کیلئے شائع کیے جارہے ہیں۔ یہ دونوں خطوط ایسی خواتین نے لکھے ہیں جنہیں بظاہر دنیا کی ہر چیز میسر ہے لیکن ذہنی سکون برباد کر بیٹھی ہیں آخر کیوں؟ یہ آپ خود پڑھ کر اندازہ کرلیں۔

پہلا خط: جناب حکیم صاحب' میری عمر 35 سال اور میرا شوہر اکتالیس سال کا ہے۔ ہماری شادی کو پندرہ سال گزر چکے ہیں اور ہمارے پانچ بچے ہیں، جن کی عمریں ایک سے چودہ سال تک کی ہیں۔ میں ایک اعلیٰ تعلیم یافتہ اور شریف گھرانے کی عورت ہوں۔ میں اپنے گھر کو ہمیشہ صاف ستھرا رکھتی ہوں۔ پانچ بچوں کی پیدائش کے باوجود میں ایک دل کش جسم کی مالک ہوں۔

میں نے ہمیشہ اپنے شوہر سے ٹوٹ کر محبت کی ہے اور اسے ہر ممکن تعاون دیتی ہوں کیونکہ میں سمجھتی ہوں کہ مجھے خدا تعالیٰ اور دین اسلام کے بعد سب سے زیادہ ضرورت اپنے شوہر کی ہے اور ہمیشہ رہے گی۔ مگر اس کے باوجود ہر روز میرے ذہن پر شکوک کی پرچھائیاں منڈلاتی رہتی ہیں کہ آیا واقعی میں اس کی ضرورت کی تسکین بخوبی کرتی ہوں یا نہیں؟ اور ایسا سوچنے کیلئے میرے پاس ٹھوس ثبوت و شواہد موجود ہیں۔ جو میں عرض کروں گی تاکہ مجھے کوئی راہ اور حکیمانہ مشورہ دیتے وقت آپ کو دشواری پیش نہ آئے۔

آج سے سات سال قبل میرے شوہر نے گھر پر عریاں لٹریچر کافی مقدار میں لے آنا شروع کردیا۔ عریاں عورتیں، عریاں مرد، ان کے مختلف پوز اور پاکٹ بکس جو عریاں محبت ناموں سے بھری ہوتی تھیں۔ اس بات نے مجھے شدید ترین دکھ پہنچایا۔ میں نے ان تصاویر و کتب کی شدید ترین مخالفت کی تو میرے شوہر نے جواب دیا کہ اس قسم کے لٹریچر سے کوئی فرق نہیں پڑتا چونکہ تم ان چیزوں کو ناپسند کرتی ہو اس لیے تم ان پر اعتراض کررہی ہو۔

کئی سال بیت گئے۔ میری مزاحمت جاری رہی مگر وہ باز نہ آئے۔ اتنا فرق ضرور پڑا کہ لٹریچر لانے میں وقفہ پڑنے لگا ہے۔ لیکن ''وہ اپنی خو نہ چھوڑیں گے، ہم اپنی وضع کیوں بدلیں'' کے مصداق ہم دونوں میں ایک غیر محسوس سی ذہنی جنگ جاری رہی۔ وہ شاید یہ نہیں جانتے کہ اپنی اس بدعادت کی وجہ سے وہ میری محبت کو ضائع کرتے جارہے ہیں۔ میں اب تک اُن کے اس رویے کی عادی نہیں بنی۔ لیکن میں اپنے آپ کو شدید الرجک اور ان سے متنفر محسوس کرتی ہوں۔ جب وہ ان رسالوں سے جذباتی ہوکر مجھے ہاتھ لگاتے ہیں تو مجھے اس سے ایک عجیب قسم کی گھٹن محسوس ہوتی ہے۔ انہوں نے آج تک مجھ سے بیوفائی نہیں کی مگر میں ذہنی طور پر انہیں بے وفا سمجھنے لگی ہوں کیونکہ یہ نہ صرف میری نسوانیت کی توہین ہے بلکہ میرے بچوں کے مستقبل کا بھی مسئلہ ہے۔ اس صورت حال کو میں مزید برداشت نہیں کرسکتی۔ لیکن اپنے بچوں کے مستقبل اور والدین کی عزت کی خاطر اس شادی کو انجام تک پہنچانا ہی پڑے گا۔

حکیم صاحب آپ کو خط لکھنے سے قبل میں نے آپ سے کئی مرتبہ علاج کرایا ہے۔ آپ کی شخصیت اور طرز مخاطب سے متاثر ہوکر اپنا یہ خالصتاً نفسیاتی مسئلہ بھی آپ کے سامنے پیش کردیا ہے۔ اب آپ ہی مشورہ دیجئے کہ میں کیا کروں؟ یقین کریں کہ یہ مسئلہ میرے لیے زندگی اور موت کا مسئلہ بن چکا ہے۔

معزز قارئین! اس خط سے آپ کو اندازہ ہوگیا ہوگا کہ بظاہر جو بات انتہائی معمولی اور غیر اہم محسوس ہوتی ہے، نفسیاتی طور پر وہ کسی بھی شخص کیلئے کتنا بڑا مسئلہ بن کر رہ جاتی ہے۔ اس عورت کا شوہر اگر غیر معمولی طور پر شہوت پرست نہ ہوتا تو ان کی خوشگوار زندگی میں یہ خطرناک موڑ نہ آتا۔ اسی طرح کا ایک اور خط ملاحظہ فرمایئے۔

دورانِ گفتگو میرا شوہر مجھے گھٹیا اور بازاری زبان استعمال کرنے پر مجبور کرتا ہے جو میرے مزاج کے خلاف ہے۔

بعض اوقات مرد یا عورت میں جب محبت حد سے بڑھ جاتی ہے تو وہ گھٹیا قسم کے انداز پر اتر آتے ہیں۔ مثلاً بعض مرد ایسے ہوتے ہیں جو یہ چاہتے ہیں کہ ان کی بیوی دورانِ محبت انتہائی گھٹیا الفاظ استعمال کرے۔ گھٹیا اور بازاری قسم کی حرکات کرے۔ لیکن بیویاں جب ایسا کرنے سے انکار کردیتی ہیں تو ان کی ازدواجی زندگیاں تلخیوں میں ڈوب جاتی ہیں۔ اس بات کو واضح کرنے کیلئے میں درج ذیل خط پیش کررہا ہوں۔ جو ایک محترمہ نے ملتان سے لکھا ہے۔

محترم حکیم صاحب! کافی عرصے سے مجھے ایک اہم سوال ستا رہا ہے اور میں اس سلسلہ میں آپ سے گفتگو کرنا چاہتی ہوں۔ میرے شوہر ایک انتہائی معزز اور شریف آدمی ہیں۔ وہ ایک اعلیٰ عہدے پر فائز ہیں۔ ان کے طور اطوار انتہائی شائستہ اور مہذب ہیں اور میرے ساتھ بھی ان کا رویہ عام طور بیحد اچھا اور شائستہ ہے۔ مگر خلوت میں جب وہ مجھ سے ملتے ہیں تو ان کے تمام شائستہ اور مہذب اطوار ختم ہوجاتے ہیں وہ ایک گھٹیا اور بازاری سطح پر اتر آتے ہیں اس وقت ان کی حرکات دیکھ کر مجھے یوں محسوس ہوتا ہے جیسے وہ دراصل ایک انتہائی گھٹیا طرز کے انسان ہیں شرافت کا لبادہ انہوں نے محض لوگوں کو بیوقوف بنانے کیلئے اوڑھ رکھا ہے۔

خلوت میں نہ صرف وہ خود انتہائی گھٹیا اور بازاری قسم کے جملے استعمال کرتے ہیں بلکہ مجھے بھی مجبور کرتے ہیں کہ میں بھی اسی قسم کی زبان استعمال کروں اور وہی گھٹیا حرکات بھی کروں جو وہ خود کرتے ہیں۔ جب کہ یہ سب میری طبیعت اور مزاج کے خلاف ہے اور میں کسی بھی طرح پر ایسا نہیں کرنا چاہتی۔ لیکن اپنی ازدواجی زندگی کو بچانے کیلئے ایسا کرنے پر مجبور ہوجاتی ہوں۔ جس سے مجھے شدید ذہنی کوفت ہوتی ہے۔ بارہا میں نے انہیں طریقے طریقے سے سمجھایا ہے لیکن وہ باز نہیں آتے۔ ہماری شادی کو پانچ سال گزر چکے ہیں۔ میں گھٹ گھٹ کر اور ذہنی عذاب جھیل جھیل کر اب تنگ آچکی ہوں۔ یہ مسئلہ ایسا ہے کہ میں گھر کے کسی فرد کو بتا بھی نہیں سکتی اور اگر بتا بھی دوں تو ان کی ظاہری شرافت کو دیکھ کر میری بات کا کون یقین کرے گا۔ خدا کیلئے مجھے اس صورت حال سے بچایئے

اور مجھے مشورہ دیجئے۔ کہ میں کیا کروں۔ اگر آپ نے تسلی بخش طریقے سے میری رہنمائی نہ کی تو (1) میں خودکشی کرلوں گی یا (2) طلاق لے لوں گی۔

قارئین محترم آپ نے دیکھ لیا کہ حد سے بڑھی ہوئی شہوت پرستی نے کیا رخ اختیار کرلیا ہے کہ جو شخص عام زندگی میں انتہائی شائستہ اور مہذب طور طریقوں کا مالک ہے وہ خلوت میں اپنی بیوی کو کس بات پر مجبور کرتا ہے۔ اب آپ خود سوچیں کہ کیا ان دونوں میاں بیوی کا نباہ ممکن ہے؟ ہرگز نہیں کیونکہ جب تک اس عورت کا شوہر اپنی شہوت پرستی کے گھٹیا انداز پر کنٹرول نہیں کرتا۔ بیوی اس کے ساتھ خوش دلی سے رہ ہی نہیں سکتی۔

مندرجہ بالا خطوط سے آپ کو اس امر کا بخوبی اندازہ ہوگیا ہوگا کہ عورت اپنے شوہر کو کیسا دیکھنا چاہتی ہے۔ عورت وفادار بیوی بھی ہوتی ہے اور عظیم ماں بھی۔ وہ اپنے بچوں کو دودھ پلاتے ہوئے اپنی عظمت اپنے بچوں کی روح میں ڈال دیتی ہے۔ وہ اپنے بچوں کو دنیا کے سامنے ایک مکمل انسان کے روپ میں پیش کرنا چاہتی ہے لیکن جب شوہر کی طرف سے مندرجہ بالا خطوط کی طرز پر عدم تعاون کا شکار ہوتی ہے تو اس کے سامنے دو ہی راستے کھلے ہوئے ہیں یا تو وہ شوہر کے رنگ میں رنگ جائے اور گھر میں اس قسم کی فحش تصاویر اور لٹریچر کھلے بندوں لانے کی اجازت دے کر شوہر کی خوشنودی حاصل کرے اور بچوں کی طرف سے لاپروا ہوجائے یا پھر ایسے بظاہر نہایت شریف اور پیار کرنے والے شوہر کی اس دوہری شخصیت سے نجات حاصل کر کے اپنے بچوں کا مستقبل محفوظ کرلے۔ لیکن دنیا میں کون سی ایسی ماں ہوگی جسے اپنی اولاد کے مستقبل کی فکر نہ ہوگی۔

میری اس قسم کے مردوں سے نہایت ادب سے گزارش ہے کہ وہ اپنے آپ کو پہچانیں۔ اپنے طرز فکر میں مثبت تبدیلی لائیں۔ ایسی کوئی حرکت نہ کریں جس سے ان کی وفا شعار بیوی عدم تحفظ اور عدم اطمینان کا شکار ہو کر گھر کے پر امن ماحول کو تباہ و برباد کرنے پر تل جائے۔ اہل مغرب اور غیر مسلم اقوام ہمیشہ سے اپنی عورتوں کو اسلام کی تباہی کیلئے استعمال کر کے فخر محسوس کرتی آئی ہیں اور اس پر دعویٰ یہ ہے کہ ہم نے عورتوں کو اسلام سے زیادہ آزادی دی ہے لیکن انہوں نے اسلام دشمنی کیلئے اپنی عورتوں کو نہ صرف ننگا کر دیا ہے بلکہ ان کی ننگی تصاویر اور غیر اخلاقی فلمیں اس طرح پوری دنیا میں پھیلا دی ہیں کہ الامان والحفیظ۔ ہنود و یہود کے پھیلائے ہوئے اس ننگے جال سے بچیں اور اپنے گھر کو جہنم بنانے کی بجائے علم و ادب کا گہوارہ بنائیں۔ قرآن پاک کا مطالعہ کریں اس کے اندر موجود پیغام کو سمجھیں۔

اپنے بچوں کو زیور تعلیم سے آراستہ کر کے ایک اچھے معاشرے کی تعمیر میں اپنا حصہ ڈالیں۔ خلوت میں غیر اخلاقی جملے ادا کر کے یا اپنی پاک باز بیوی کو غلط کام کرنے پر مجبور کرنے کی بجائے اللہ تعالیٰ سے نیک اور باادب اولاد کی تمنا کریں اور یہ یاد رکھیں کہ مومن مسلمان کسی بھی حالت میں ننگا نہیں ہوگا۔ نہ خلوت میں نہ جلوت میں۔ انسان ننگا اس وقت ہوتا ہے، جب اس کا احساس مرجاتا ہے اور خدا کے خوف کی بجائے اس پر شطانیت طاری ہوجاتی ہے۔

خلوت میں اچھے خیالات اور اچھی اولاد کی طلب نیک اور صالح اولاد کو جنم دیتے ہیں۔ برے اور شیطانی خیالات بے ادب اور گستاخ اولاد پیدا کرتے ہیں۔ اس لیے حد سے بڑھی ہوئی شہوت پرستی پر قابو پایئے اور اپنے فرصت کے لمحات کو اچھے طریقے سے گزارنے کیلئے اچھا اور معیاری لٹریچر پڑھیے۔ ہلکی پھلکی ورزش کیجئے اور ہر وقت خدائے بزرگ سے اچھی نیک خصلت اولاد کی تمنا کرتے رہیں۔ اپنی بیوی کے سامنے اور عام لوگوں کے سامنے ایک مثالی مرد بن کر رہیے۔ اپنے اندر جھانکتے رہیے اور اپنے اندر موجود منفی خیالات اور غیر ضروری شہوانی جذبات کو ابھرنے نہ دیجئے۔ یہی آپ کیلئے آپ کی بیوی بچوں اور گھر کے امن وسکون کیلئے جہاد ہے۔

فالتو کتابیں، رسالے صدقہ جاریہ بنیں

اگر آپ کے پاس کتابیں نئی یا پرانی کسی بھی موضوع یا کسی بھی عنوان کی ہوں یا رسائل ڈائجسٹ میگزین وغیرہ کسی بھی موضوع کے ہوں اور آپ چاہتے ہوں کہ وہ صدقہ جاریہ کیلئے استعمال ہوں مخلوق خدا اس سے نفع حاصل کرے اور آپ کی آخرت کی سرخروئی ہو، مزید وہ رسائل وکتابیں محفوظ ہوں یا پھر یہ رسائل وکتب آپ کے پاس زائد ہوں تو دونوں صورتوں میں یہ رسائل وکتب ایڈیٹر ماہنامہ عبقری کو ہدیے کی نیت سے ارسال کریں وہ محفوظ ہوجائیں گی اور افادہ عام کیلئے استعمال ہونگی۔ آپ صرف اطلاع کریں منگوانے کا انتظام ہم خود کریں گے یا پھر آپ ارسال فرمادیں۔ نوٹ درسی اور سلیبس کی کتابیں ارسال نہ کریں۔

(ایڈیٹر: حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی)

ذیقعد امن کا مہینہ

ایک حدیث مبارک میں ہے کہ اس مہینہ کے اندر ایک ساعت کی عبادت ہزار سال کی عبادت سے بہتر ہے۔

اسلامی سال کا گیارہواں مہینہ ذیقعد ہے۔ ذیقعد کا شمار چار حرمت والے مہینوں میں ہوتا ہے۔ جن میں اہلِ عرب جنگ کرنا حرام سمجھتے تھے۔ ذیقعد قعود سے بنا ہے جس کا معنی بیٹھنا ہے۔ چونکہ اس مہینے میں اہل عرب جنگ کرنے سے گریز کرتے تھے۔ اس لیے اس کا نام ذیقعد پڑ گیا۔ اس مہینے میں اللہ تعالیٰ نے موسیٰ علیہ السلام سے تورات دینے کیلئے تیس راتوں کا وعدہ فرمایا تھا۔ اس کے علاوہ اسی ماہ کی پانچویں تاریخ کو حضرت ابراہیم علیہ السلام اور حضرت اسماعیل علیہ السلام نے بیت اللہ شریف کی بنیاد رکھی تھی۔ اسی ماہ کی چودہ تاریخ کو اللہ تعالیٰ نے حضرت یونس علیہ السلام کو مچھلی کے پیٹ سے نکالا تھا۔

ان وجوہات کی بنا پر ذیقعد کا مہینہ اسلامی تاریخ میں بڑا قابلِ قدر تصور کیا جاتا ہے۔ اس ماہ کی نفلی عبادات حسب ذیل ہیں۔

ذیقعد کی عبادت

پہلی رات کے نوافل: حدیث شریف میں ہے کہ جو کوئی ذیقعد کی پہلی رات میں چار رکعت نفل پڑھے اور اس کی ہر رکعت میں الحمد شریف کے بعد ۳۳ دفعہ سورۂ اخلاص پڑھے تو اس کے لیے جنت میں اللہ تعالیٰ ہزار مکان یاقوت سرخ کے بنائے گا اور ہر مکان میں جواہر کے تخت ہوں گے اور ہر تخت کے اوپر ایک حور بیٹھی ہوگی جس کی پیشانی سورج سے زیادہ روشن ہوگی۔ (رسائل فضائل شہور)

ہر رات میں دو نفل: ایک روایت ہے کہ اس مہینہ میں ہر رات دو نفل پڑھے اور ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد سورۂ اخلاص ایکس ایکس مرتبہ پڑھے، اللہ پاک یہ نماز پڑھنے والے کو انشاء اللہ حج وعمرہ کا ثواب عطا فرمائے گا۔ (فضائل شہور)

سو رکعت نوافل: ایک روایت میں ہے کہ جو بندہ اس ماہ کی ہر جمعرات کو ۱۰۰ نوافل یوں پڑھے کہ اس کی ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد دس مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھے تو اس کو اللہ تعالیٰ بے انتہا ثواب عطا فرمائے گا۔ (رسالہ فضائل شہور)

(بقیہ: صفحہ نمبر 16)

گلے کی سوزش کیلئے: پاؤ بھر پانی کو نیم گرم کر کے اس میں شہد ڈال کر غرارے کریں۔ ان شاء اللہ گلے کی سوزش ختم ہوجائے۔

فاقہ کی کرامات اور جدید سائنس

فاقے اگر حضور ﷺ کریں تو اللہ تعالیٰ کی مدد خندق اور بدر میں پہنچے، یہی فاقے اگر صحابہؓ کریں تو پوری دنیا پر غالب آ جائیں۔ یہی فاقہ کشی اگر گاندھی کرے تو ہندو اس کی پوجا کرنے لگیں۔ ''رشی کے فاقوں سے ٹوٹا نہ طلسم برہمن'' (اقبال)

عبدالواحد بن زیدؒ قسم کھا کر فرماتے ہیں اللہ تعالیٰ کسی شخص کی صفائی بغیر بھوکا رہنے کے نہیں کرتے اور اس کی وجہ سے بزرگ پانی پر چلا کرتے ہیں، اس کی وجہ سے ان کو طی الارض حاصل ہوتا ہے۔ (احیاء العلوم امام غزالی)

طی الارض بزرگوں کی ایک خاص رفتار کا نام ہے جس کی وجہ سے چند قدموں میں وہ ہزاروں میل طے کر لیتے ہیں۔ اولیاء کرامؒ کیا نے کو چھوڑ کر اس مقام کو حاصل کرتے تھے بلکہ اس کو یوں کہیں کہ وہ رزق کو چھوڑ کر رزاق کی تلاش میں رہتے تھے اور ان فاقوں سے انہیں کیا مقام ملا؟ ایسے واقعات کہ جن کو آج کی دنیا کے لوگ ماننے سے انکار کر رہے ہیں۔

مجاہدات اور نفس کی مخالفت مقام مقربین تک پہنچنے کی سیڑھی ہے اور مجاہدات میں سب سے پہلا مجاہدہ ترک لذات ہے۔ اس لئے اولیاء کرامؒ نے تنگ دستی والی زندگی قبول فرمائی۔ یہ سنت ہے حضور ﷺ کی۔ تصویر کے دوسرے رخ کو دیکھیں تو یہی فاقے اگر حضور ﷺ کریں تو اللہ تعالیٰ کی مدد خندق اور بدر میں پہنچے، یہی فاقے اگر صحابہؓ کریں تو پوری دنیا پر غالب آ جائیں۔ یہی فاقہ کشی اگر گاندھی کرے تو ہندو اس کی پوجا کرنے لگیں۔ ''رشی کے فاقوں سے ٹوٹا نہ طلسم برہمن'' (اقبال)۔ اب سوال یہ پیدا ہوتا ہے کہ کیا یہ مسئلہ طی الارض درست ہے یا مغالطہ۔ فاقوں اور مجاہدات سے کافر نے کیا لیا؟ کچھ ایسے واقعات لکھتا ہوں جو انگریز عیسائی نے لکھے ہیں۔ اس سے اندازہ ہو سکتا ہے کہ ترک لذات اور فاقے انسان کو کہاں سے کہاں تک پہنچا سکتے ہیں اور حضور اقدس ﷺ کا حکم لاریب اور سچا ہے۔ اس کو ماننے والے کامیاب ہیں۔ لیکن ان فاقوں سے مقصود محض رضائے الٰہی ہے۔ اس ضمن میں جو واقعات لکھے جا رہے ہیں ان کا تعلق خالص روحانیات سے ہے اور حوالے کیلئے۔ (من کی دنیا، مصنف ڈاکٹر غلام جیلانی برق) لیڈ بیسٹر اپنی کتاب (Invisible Helpers) میں داستانیں لکھتا ہے کہ ۱۹۵۷ء میں انگلینڈ کے ایک اخبار میں ایک سوال شائع ہوا۔ ''کیا کوئی ایسا شخص موجود ہے جس نے جسم لطیف میں سفر یا پرواز کی ہو۔ دو خواتین نے جواباً لکھا کہ انہیں یہ طاقت حاصل ہے ان کے نام یہ ہے۔

۱۔ مسز بی۔ ای بکیر ۲۔ مسز اے۔ ویسم

یہ سوال و جواب پاکستان ٹائمز کی اشاعت ۱۲ اکتوبر ۱۹۵۷ میں بھی شائع ہوئے۔ ڈاکٹر کیرنگٹن نے اپنی مشہور کتاب۔ The projecton of the Astal Bodies میں بے شمار ایسے اشخاص کا ذکر کیا جو جسم لطیف میں سفر کیا کرتے تھے۔

☆ ڈاکٹر الیگزینڈر کانن کے تجربات:

ڈاکٹر کانن (پی۔ ایچ۔ ڈی) لندن کا شہرہ آفاق طبیب اور سکالر ہے۔ روحانیت سے گہرا شغف تھا۔ انہوں نے ہندوستان اور تبت کا دورہ کیا۔ اپنے مشاہدات ایک کتاب The Invisible Influence میں قلمبند کیے۔ یہ کتاب بہت پہلے شائع ہوئی۔ اس کتاب کے کچھ واقعات درج ہیں۔ ایک مرتبہ ایک کرنل مجھ سے ملنے آیا۔ انہی مسائل پر بحث ہو رہی تھی تو میں نے کرنل کو دماغی لہروں کے اثر سے غافل کر دیا اور کاغذ قلم اس کے ہاتھ میں تھما کر حکم دیا کہ فلاں سیاست دان جو کچھ کر رہا ہے لکھو وہ تین گھنٹے لکھتا رہا اور بعد میں اس تحریر کو میں نے اسی سیاست دان کو دکھایا اس نے تائید کی (صفحہ ۳۶) ابھی ہم تبت سے سو میل دور تھے کہ ہمارے ہاں ایک اجنبی وارد ہوا۔ گیروے رنگ کے لبے کرتے میں ملبوس تھا۔ کہنے لگا مجھے دلائی لامہ نے پیشوائی کیلئے بھیجا ہے۔ ہم سب حیران کہ اس کو ہماری خبر کس طرح پہنچی اور یہ اتنی دور سے یہاں کیسے پہنچ گیا؟ اس کے بعد لامہ کہنے لگا انسان اللہ کی مرضی کے سانچے میں ڈھل جائے اور اس سے محکم روابط قائم کر لے تو اس کا ارادہ اللہ کا ارادہ بن جاتا ہے، جو قضا کی طرح موثر ہے۔

(بقیہ صفحہ نمبر 36 پر)

سنبھالو کے اثرات

45 ایسی مریض عورتوں کا علاج معالجہ کیا گیا جو تولیدی نظام کے مطابق حاملہ ہونے کے قابل تو تھیں مگر ہارمونل سائیکل میں ناہمواری تھی۔

حکیم ملک محمد عبداللہ

قدرت نے بے شمار جڑی بوٹیاں پیدا کی ہیں جو غور فکر کرنے کے بعد استعمال میں لائی جائیں تو یقیناً ان میں شفاء موجود ہے۔ ان ادویاتی جڑی بوٹیوں میں سے ایک بوٹی **سنبھالو** (Vitex Negundo) ہے جو نسوانی بیماریوں کیلئے لاجواب نفع بخش اثرات کی حامل ہے۔

عورت اور مرد کی طبعی طور پر جسمانی ساخت کا نمایاں فرق ہے۔ عورت کو ہر ماہ (ماہانہ) بیماری لاحق ہوتی ہے کیونکہ عورت کا جسمانی نظام ہارمونل سائیکل ایسٹروجن اور پراجسٹرون پر مبنی ہے جس کی بدولت عورت میں بچے پیدا کرنے کی صلاحیت موجود ہے۔ عورت کی ماہانہ بیماری جو ہارمونل سائیکل کی ناہمواری کی وجہ سے پیدا ہوتی ہے ان کے علاج معالجہ کیلئے قدرت نے شاہکار شفاء ادویاتی بوٹی سنبھالو میں ایسے اجزائے موثرہ پیدا فرمائے ہیں جو ہارمونل سائیکل کو اعتدال پر رکھنے میں انتہائی موثر ہیں۔

یورپ میں یہی بوٹی (Vitex agnus Castus) کے نام سے موسوم ہے۔ آب و ہوا اور موسمی تفریق کے باوجود یکساں اثرات کی حامل ہے اور اس ادویاتی بوٹی کو دوا سازی کیلئے مطلوبہ نتائج کے حصول کی خاطر 1960ء میں مشہور برطانوی ہربلسٹ مسٹر بیلر نے یونیورسٹی آف گوٹنجن انگلینڈ میں کئی ایک حاملہ نہ ہونے والی مادہ جانوروں پر آزمایا تو نوے روز میں انتہائی مثبت نتائج برآمد ہوئے۔ ان کے آرگن سٹرکچر میں کسی قسم کی کوئی تبدیلی (بقیہ صفحہ نمبر 36 پر)

تھوڑی چیز جو کفایت کر سکے اس سے بہتر ہے جو کثرت سے ہو، لیکن غافل کر دے۔

خوشی تلاش کرنے کے طریقے

خود بھی خوش رہنا اور دوسروں کو بھی خوش رکھنا زندگی کو طویل بھی کرتا ہے اور معاشرے کو بھی بہت فائدہ پہنچاتا ہے۔ دوسروں کا تعاون زیادتی عمر کا باعث بھی ہوتا ہے اور دماغی اور جسمانی صحت میں بھی ممد و معاون ہوتا ہے۔ ناکامیوں، نقصانوں کو عارضی سمجھ کر نظر انداز کر دیجئے۔

(محمد منیر اعوان قریشی، اعوان ٹاؤن لاہور)

مشہور پروفیسر ڈاکٹر وائنز نے خوشی کی تلاش پر تحریر لکھی ہے جو قابل توجہ اور قابل عمل بھی ہے۔ مفکر ٹالسٹائی کا قول ہے کہ خوش باش خاندان ایک جیسے ہوتے ہیں لیکن ہر فرد خوشی کو مختلف طرح سے اور مختلف سطحوں سے محسوس کرتا ہے۔ خوشگوار موسم، سخت امتحان میں کامیابی، نومولود کے کھلکھلانے، سیر گاہ کی پارٹی اور کسی سے دلی محبت وغیرہ، یہ سب عوامل اپنی اپنی نوعیت کی خوشی دیتے ہیں۔ جب ہم کامیابی حاصل کرتے ہیں تو فرحت محسوس کرتے ہیں یا اچھے موڈ میں ہوتے ہیں تو ہم سمجھتے ہیں کہ ہم خوش ہیں لیکن خوشی حالات، ماحول اور دوسروں کے نرم سلوک سے بدلتی رہتی ہے۔ ایسا بھی ہے کہ کوئی غم نہ ہو تو یہ بھی خوشی کی دلیل ہے۔ جب کوئی مثبت واقعہ ہو تو انسانی دماغ کو پیغام پہنچتا ہے، نبض کی رفتار بدلتی ہے، جسم کی جلد کا ٹمپریچر بدلتا ہے اور پٹھے ڈھیلے ہو جاتے ہیں۔ خوشی کا اندازہ اس سے ہوتا ہے جب ہم دوسروں سے مقابلہ کرتے ہیں کہ فلاں اتنی اعلیٰ پوزیشن پر ہے یا صاحب ثروت ہے پھر اپنی حالت کا جائزہ لیتے ہیں اگر طبیعت میں قناعت کا مادہ ہو تو خوشی کا ٹارگٹ دور نہیں ہوتا۔ سماجی تعلقات خوشی میں اہم مقام رکھتے ہیں، عزیز رشتہ داروں اور دوستوں کی محبت ایک بڑا اثاثہ ہے۔ دوسروں کا تعاون زیادتی عمر کا باعث بھی ہوتا ہے اور دماغی اور جسمانی صحت میں بھی ممد و معاون ہوتا ہے۔ زندگی کے متعلق انسان کا رویہ مثبت ہونا ضروری ہے۔ خوشی دینے کی کوشش کرتے رہنا چاہیے۔ اس کے بہت سے فوائد حاصل ہوتے ہیں۔

خود بھی خوش رہنا اور دوسروں کو بھی خوش رکھنا زندگی کو طویل بھی کرتا ہے اور معاشرے کو بھی بہت فائدہ پہنچاتا ہے۔ یقین کریں کہ آپ افسردہ اور غمگین چہروں کی بجائے خوش باش، شگفتہ چہروں کو پسند کریں گے، صحت مند لوگوں سے میل جول خوشیاں پھیلانے کا باعث بنتا ہے۔

آپ کا گلاس نصف پانی سے بھرا ہوا اور نصف خالی ہے۔ پرامید لوگ بھرے ہوئے کو اہمیت دیتے ہیں اور ناکامیوں، نقصانوں کو عارضی سمجھ کر نظر انداز کر دیتے ہیں جبکہ مایوس اور غمزدہ اشخاص منفی پہلو کو سامنے رکھتے ہیں۔ ان کے نزدیک ہر واقعہ غم کا باعث ہوتا ہے۔ ان کی صحت بھی خراب رہتی ہے۔ امید زندگی کا چراغ ہے، دل و دماغ روشن رہتے ہیں۔ ہم اپنے ذہن کو جو بھی پیغام بھیجیں گے اسی کے مطابق ہم کو خوشی اور غم حاصل ہوگا۔ یہ ہم پر منحصر ہے کہ ہمیں مثبت اشارے دینے چاہئیں۔ زندگی میں جو کچھ اچھے کام آپ سے ہو چکے ہیں یا جو انعامات آپ کو مل چکے ہیں ان کو یاد کریں۔ جن لوگوں سے مل کر آپ کو خوشی ہوتی ہے ان سے روابط بڑھائیں۔ ہم جنسوں کی صحبت خوشی کا باعث ہوتی ہے کسی قسم کی ہابی Hobby اختیار کریں۔ باغبانی، سوشل ویلفیئر وغیرہ وغیرہ ایسی مصروفیات جو آپ کو خوشی دے سکتی ہیں۔

شعوری طور پر آپ کو ایسے حیلے اختیار کرنے چاہئیں جو خوشی میں اضافہ کریں۔ مثلاً بیماروں، لاچاروں اور غمزدہ لوگوں کی مدد اور دست گیری۔ کسی کو تحفہ دینا بہت اہمیت رکھتا ہے چاہے وہ ایک پتھر سے بنی ہوئی کوئی چیز ہو۔ علم کے متلاشیوں کو ایک اچھی سی کتاب، بچوں کو ایک مفید اور پرکشش کھلونا یا خالی ایک ٹافی بھی دل کو خوش کرنے کا ذریعہ بنتی ہے۔ دیکھا گیا ہے کہ کئی لوگ اس مقصد کیلئے جیب میں ٹافیاں رکھتے ہیں اور حسب موقع بچوں کو خوش کر کے خود خوش ہوتے ہیں۔ ذرا سی توجہ کر کے آپ ایسے بہت سے ذرائع استعمال کر سکتے ہیں۔ آخر میں ایک مقولہ بیان کرنا موقع محل کے عین مطابق ہوگا:-

کچھ دیر پہلے نیند سے گزری ہوئی دلچسپیاں
بیتے ہوئے دن عیش کے بنتے ہیں شمع زندگی
اور ڈالے ہیں روشنی میرے دل صد چاک پر!

درود شریف کی اہمیت

قرآن کریم نے جس ذکر کثیر کی تعلیم دی ہے درود شریف ہی اس کا صحیح مصداق ہو سکتا ہے۔ (محمد یونس قادری، ٹنڈو آدم)

حضرت اُبی بن کعب رضی اللہ عنہ نے عرض کیا یارسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم میں آپ ﷺ پر کثرت سے درود شریف بھیجنا چاہتا ہوں تو اس کی مقدار اپنے اوقات دعا میں کتنی مقرر کروں؟ نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا جتنا تمہارا دل چاہے۔ حضرت اُبی بن کعب رضی اللہ عنہ نے عرض کیا یارسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم چوتھائی۔ آپ ﷺ نے فرمایا تمہیں اختیار ہے اور اگر اس سے بڑھا دو تو تمہارے لیے بہتر ہے۔ حضرت اُبی بن کعب رضی اللہ عنہ نے عرض کیا کہ نصف کر دوں۔ آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا تمہیں اختیار ہے اور اگر بڑھا دو تو زیادہ بہتر ہے۔ انہوں نے عرض کی تو دو تہائی کر دوں؟ آپ ﷺ نے فرمایا تمہیں اختیار ہے اور اگر اس سے بڑھا دو تو تمہارے لیے زیادہ بہتر ہے۔ انہوں نے عرض کیا یارسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم پھر تو میں اپنے سارے وقت کو آپ ﷺ پر درود شریف کیلئے مقرر کرتا ہوں۔ آپ ﷺ نے فرمایا تو اس صورت میں تمہارے سارے فکروں کی کفایت کی جائے گی اور تمہارے گناہ بھی معاف کر دیئے جائیں گے (ترمذی)۔ اس حدیث پاک سے معلوم ہوا کہ درود شریف سب اوراد و وظائف کی بجائے زیادہ پڑھنا مفید ہے۔ اس لیے کہ قرآن کریم میں اللہ تعالیٰ نے بہت سے احکامات ارشاد فرمائے لیکن کسی حکم میں (ماسوائے درود شریف کے) یہ نہیں فرمایا کہ میں بھی یہ کام کرتا ہوں تم بھی کرو۔ یہ بات صرف درود شریف کے اندر ہی ہے۔ اس لیے رحمتوں کے حصول کا اس سے بڑھ کر کوئی ذریعہ نہیں۔ درج ذیل احادیث مبارکہ سے یہ بات بالکل واضح ہو جاتی ہے۔ درود شریف کی کثرت کر کے زیادہ سے زیادہ رحمت الٰہی کو حاصل کرنا چاہیے جو دنیا و آخرت میں ہر کامیابی کا دروازہ کھولتی ہے۔

حضرت ابوہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کا ارشاد ہے جو شخص مجھ پر ایک مرتبہ درود شریف پڑھے اللہ تعالیٰ اس پر دس مرتبہ درود بھیجتے ہیں (مسلم)

حضرت عبداللہ بن عمرو رضی اللہ عنہ (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

چیچک سے حفاظت کیلئے: نیلا دھاگہ لیں اور اس پر سورۂ رحمٰن پڑھیں جب فبای الاء ربکما تکذبان آئے پھونک مار کر ایک گرہ لگائیں پھر گلے میں باندھ دیں۔

قارئین کے سوال قارئین کے جواب

قارئین! زیرنظر سلسلہ دراصل قارئین کے سوالات کے لیے ہے اور اس کا جواب بھی قارئین ہی دیں گے۔ آزمودہ ٹوٹکہ تجربہ کوئی فارمولہ آپ ضرور تحریر کریں یہ جوابات ہم رسالے میں شائع کریں۔ کوشش کریں آپ کے جوابات 20 تاریخ سے پہلے پہنچ جائیں۔

ماہِ اکتوبر 2008 کے جوابات:

☆محترمہ افشاں صاحبہ پھلوں کا تازہ رس، سبزیاں بکثرت استعمال کرنا۔ جسم اور چہرے کو مصنوعی کریموں، لوشنوں سے بچانا ہی حُسن ہے لیکن کرتے بہت کم ہیں۔ (ڈاکٹر طاہر عزیز۔ سکن سپیشلسٹ) حسن کے لیے پرانی کتابوں میں غازے اور اُبٹن ہی لاجواب ہے اب ہم وہ بھول گئے ہیں کیمیکل کی طرف لگ گئے ہیں۔ آپ بھی پرانے اُبٹن استعمال کریں۔ (عذرا خاتون۔ لاہور) صرف لیموں کا رس لیموں سمیت لگانا اور ملنا ہی حسن کو نکھار دیتا ہے۔ (رقیہ۔ تلہ گنگ)

محترم ظفر اقبال صاحب: بڑھے پیٹ کے لیے آپ زیرہ سفید، سہاگہ، کالی مرچ اور پودینہ خشک ہموزن پیس کر ایک چمچ کھانے کے بعد صبح وشام لیں۔ چند ماہ میں اچھے نتائج آپ خود محسوس کریں گے۔ (اظہر علی۔ نوشہرہ)

محترمہ عائشہ صاحبہ: کمزوری کی بڑی وجہ دراصل آپ کے اندر خون کی کمی ہے اور یہ خون کی کمی ہی تمام بیماریوں کی وجہ ہے۔ خون کی کمی پھلوں اور خوراک سے کم کریں۔ مرغن اور مصالحہ دار خوراک چھوڑ دیں۔ سادہ خوراک لیں۔ مزید جوارش شاہی مستقل لیں۔ (ولایت بیگم۔ پشاور)

محترم سلطان صاحب: آپ ایسا کریں 21 دانے عناب، تین دانے بڑی الائچی، سونف ایک چمچ چائے والا سب کو ہلکا کوٹ کر ایک کپ ابلتے پانی میں رات کو بھگو دیں۔ صبح مل چھان کر آدھا چمچ چائے والا شہد ملا کر پی لیں۔ پھر اسی دوائی میں ایک کپ گرم پانی کا ڈال کر رکھ دیں۔ پھر یہی پانی چھان کر شام کو پی لیں اور دوائی کا فضلہ پھینک دیں۔ پھر نئی دوائی اسی طرح بھگو دیں اور اسی طرح صبح پئیں۔ چالیس دن ایسا کریں، زندگی بھر کے لیے یہ چہرے اور ماتھے پر دانوں کی تکلیف ختم ہو جائے گی۔ (بیگم صابر حسین)

محترم عقیل صاحب: آپ اپنی ناف کے لیے جو کہ باہر نکلی ہوئی ہے ایک روحانی عمل کریں۔ وہ یہ ہے کہ نمک کھانے والا لیکر اس پر اکتالیس بار سورہ یٰسین پڑھ لیں۔ پھر وہی نمک ہر کھانے کے بعد چٹکی چٹکی لیں اور ایک چٹکی ناف پر بھی لگا لیا کریں۔ چند ماہ ایسا کریں۔ زندگی بھر کے لیے میرا تجربہ ہے کہ ناف اندر چلی جائے گی۔ (حکیم محمد یسٰین۔ جھنگ)

مستری کرم علی صاحب آپ کے ہاتھ سیمنٹ کی وجہ سے پھٹ جاتے ہیں۔ آپ یہ مرہم لگائیں، میرے خالہ زاد کا بھی یہی مسئلہ تھا وہ بھی اسی مرہم سے ٹھیک ہوا۔ ھوالشافی: ناریل کا تیل ایک پاؤ، دیسی انڈے کی سفیدی چھ عدد، رال سفید 50 گرام، تمام چیزیں اتنی زیادہ آپس میں رگڑیں کہ یہ مرہم بن جائے، ہوابند بوتل میں بند کر کے رکھیں۔ صبح وشام لگائیں، چند ہفتوں میں مکمل فائدہ ہوگا۔ (واصف علی)

محترمہ نزہت صاحبہ: آپ کا کچن میں چہرہ سرخ ہو جاتا ہے یہ دراصل الرجی کی وجہ سے ہے اور اس کے لیے پیچھے والا نسخہ جس میں عناب، سونف اور الائچی ہے۔ آپ وہی مستقل استعمال کریں۔ (ایڈیٹر)

محترمہ بشریٰ صاحبہ: آپ کو آسمانوں کی سیر کرنے کا روحانی عمل چاہیے اور قدرت کے روحانی کرشمے دیکھنے ہیں تو پھر آپ یہ عمل کریں۔ سورۃ التکاثر کا سوالاکھ کریں (چالیس دن میں) پھر اس کا کمال دیکھیں۔ (الفت نذیر)

محترمہ کوثر صاحبہ: آپ کا ناک بھدا ہے، چکنائی رہتی ہے اور دانے نکلتے ہیں۔ کیونکہ قارئین کی طرف سے اس کا کوئی جواب نہیں آیا، میرا تجربہ ہے۔ کہ سونف، الائچی والا نسخہ آپ کے لیے نہایت مفید رہے گا۔ (ایڈیٹر)

محترمہ سمیرا کنول صاحبہ: آپ نے سکون قلب کے لیے وظیفہ پوچھا ایک نہایت تجربہ شدہ وظیفہ بتاتی ہوں، جو کہ مجھے خود حکیم صاحب ایڈیٹر عبقری سے ملا تھا، ’’یَا خَالِقُ، یَا بَاعِثُ، یَـا نُـوْرُ‘‘ ہر نماز کے بعد ایک تسبیح پڑھیں، پھر اس کا کمال دیکھیں۔ (بیگم اطہر کمال) ☆**محترم افضل صاحب:** آپ کو گندے خواب آتے ہیں، اس کے لیے میرا تجربہ ہے کہ گناہوں کی زندگی سے پرہیز اور ہر وقت درود شریف پڑھیں، اسے اپنا معمول بنالیں، بہت فائدہ ہوگا۔ (ایک اللہ والی)

☆**محترم مرتضیٰ صاحب:** آپ آفس میں پریشان رہتے ہیں دراصل یہ نفسیاتی مسئلہ ہے۔ اس کے لیے عبقری کی سکونی توجہ سے چند ماہ استعمال کریں۔ میرا یہی مسئلہ تھا کسی نے مجھے یہ بتایا۔ میں دوائیاں اور گولیاں کھا کھا کر تھک گیا تھا، جب سے استعمال کیا سو فی صد فائدہ ہوا۔ (کریم اللہ، پشاور)

نومبر 2008 کے سوالات

☆میں کالج میں پڑھتا ہوں اور بہت کمزور ہوں۔ رنگ بھی کالا ہوتا جا رہا ہے۔ مجھے دیکھ کر سب مذاق اُڑاتے ہیں، کوئی ہمدرد میرے مسئلے کا آزمودہ حل بتائے۔ (طاہر رضا، رحیم یار خاں)

☆میں بی۔اے کی طالبہ ہوں، قبض کی وجہ سے شدید تکلیف میں مبتلا رہتی ہوں۔ دوا کھانے سے وقتی طور پر آرام آتا ہے۔ (طیبہ بی بی، نوشہرہ) ☆ہمارے گھر میں سب بچوں کے دانت پیلے ہیں، میں مہنگے ٹوتھ پیسٹ خرید نہیں سکتا۔ (رحیم داد خان، سکھر) ☆میرے پیٹ میں ہر وقت درد رہتا ہے، سادہ غذا اور گرم دوا کھا کھا کر طبیعت اکتا گئی ہے۔ اب میں کوئی دوا نہیں کھا رہا۔ (سعید، اوکاڑہ)

☆میرے ہاتھوں پر بہت ساری جھریاں ہیں، جن سے ہاتھ بہت برے لگتے ہیں، چند ماہ سے آنکھوں کے نیچے بھی جھریاں پڑ رہی ہیں، کوئی ہمدرد اس مسئلے کا حل بتائے۔ (فریحہ عزیز، کراچی)

☆میرے دونوں کانوں میں ہر وقت سیٹی کی آواز آتی ہے، بعض دفعہ لگتا ہے کہ دماغ کے اندر سے آواز آ رہی ہے۔ قارئین میں اس مسئلے سے بہت زیادہ پریشان ہوں۔ (عمر قریشی، کشمیر)

☆میری عمر چالیس سال ہے۔ رات کو میرے پاؤں بہت زیادہ دکھتے ہیں، بستر پر لیٹا نہیں جاتا، کوئی ہمدرد اس مسئلے کا آزمودہ حل بتائے۔ (تحسین انور)

☆میرا مسئلہ یہ ہے کہ میرے چہرے پر بہت سارے بال ہیں۔ ان کا علاج بھی کروایا ہے مگر کوئی فائدہ نہیں ہو رہا بہت ساری کریمیں بھی استعمال کی ہیں۔ لیکن کوئی خاص فائدہ نہیں ہو رہا۔ اب عبقری کے قارئین سے درخواست ہے کہ ایسا نسخہ بتائیں کہ میرا اور میرے دوستوں کا یہ مسئلہ حل ہو جائے۔ (عبدالفتاح، سکھر سندھ) ☆مجھے بواسیر تھی جس کے لیے میں نے عبقری سے ایک ٹوٹکہ آزمایا جس سے کافی افاقہ ہوا۔ لیکن ایک رگ پھول کر بار بار مقعد سے باہر نکل آتی ہے۔ جس سے نماز کے لیے ہر بار شلوار تبدیل کرنا پڑتی ہے۔ عبقری کے قارئین اس کے لیے اپنا کوئی تجربہ ماہنامہ عبقری کے ذریعے بتائیں۔ (ایک عبقری کا قاری) ☆میرا مسئلہ یہ ہے کہ مجھے عرصہ 18 سال سے آنتوں کی ناسور بیماری یعنی السریٹو کولائٹس ہے۔ پاخانے میں خون آتا ہے۔ بڑی آنت میں زخم اور ورم ہیں۔ پاخانہ بغیر کنٹرول کے اور بار بار آتا ہے۔ کوئی بھی قاری اپنا روحانی ٹوٹکہ یا دوائی سے علاج بتائیں۔ (مشتاق قریشی، لیہ)

☆میری شادی میں رکاوٹ ہے بات تقریباً طے ہو جاتی ہے۔ لیکن آخر میں لڑکی والے پھر انکار کر دیتے ہیں۔ ہر قسم کا وظیفہ، حربہ استعمال کیا ہے۔ لیکن فائدہ کوئی نہیں ہوا، حالانکہ تعلیم یافتہ اور سرکاری ملازم ہوں۔ رشتہ کی بندش دور کرنے کے لیے کوئی عمل بتائیں۔ (ف، ب، مالاکنڈ ایجنسی)

آدھے سر کا درد: مخالف ناک کے نتھنے (یعنی جس طرف درد ہو اس کی الٹی طرف کے نتھنے) میں ایک قطرہ شہد ٹپکا دیں۔

ذکر الٰہی سے غفلت کی سزا

اللہ پر کامل اعتماد کرنیوالا وہ ہے جو دنیاوی شے کے فوت ہو جانے کو غنیمت تصور کرے اور جو اللہ کے وعدوں کو انسانوں کے وعدوں سے زیادہ اطمینان بخش سمجھے۔ جو قضا و قدر پر راضی رہتا ہے وہ ہی اپنے نفس سے واقف ہو جاتا ہے۔ (ایم صادق کاکڑ، لورالائی)

☆**اقوال حضرت حسن بصریؒ:** فرمایا بھیڑ بکریاں انسانوں سے زیادہ باخبر ہوتی ہے کیونکہ چرواہے کی ایک آواز پر چرنا چھوڑ دیتی ہیں اور انسان اپنی خواہشات کی خاطر احکام الٰہی کی بھی پرواہ نہیں کرتاo فرمایا فکر ایک ایسا آئینہ ہے جس میں نیک و بد کا مشاہدہ کیا جا سکتا ہےo فرمایا تم سے قبل آسمانی کتابوں کی ایسی وقعت تھی کہ لوگ اپنی راتیں ان کے معانی پر غور و فکر کرنے میں گزار دیتے تھے اور دن میں اس پر عمل پیرا ہو جاتے تھے لیکن تم نے اپنی کتاب پر زیر و زبر تو لگائے مگر عمل ترک کر کے آسائش دنیا میں گرفتار ہو گئےo کوئی شخص قبرستان میں بیٹھا کھانا کھا رہا تھا اس کو دیکھ کر فرمایا کہ یہ منافق ہے کیونکہ جس کی نفسانی خواہش مردوں کے سامنے بھی حرکت کرتی ہے اس کو موت و آخرت پر یقین نہیں ہوتا اور جو ان دونوں پر یقین نہ کرے اس کو منافق کہتے ہیں۔

☆**اقوال حضرت مالک بن دینارؒ:** فرمایا کہ میں نے آسمانی صحائف میں دیکھا ہے کہ اللہ تعالیٰ نے حضور اکرم ﷺ کی امت کو دو ایسی نعمتیں عطا فرمائی کہ جبرائیلؑ اور میکائیلؑ کو بھی عطا نہیں ہوئی۔ اول نعمت یہ ہے کہ فاذکرونی اذکرکم تم مجھے یاد کرو، میں تمہیں یاد کروں اور دوسری نعمت یہ ہے اُدعونی استجب لکم تم مجھے پکارو، میں تمہاری دعا قبول کروں گاo منقول ہے کہ کسی نے دم مرگ آپ سے وصیت کرنے کی خواہش کا اظہار کیا تو فرمایا کہ تقدیر الٰہی پر راضی رہ تاکہ تجھ کو عذاب حشر سے نجات مل سکے۔

☆**اقوال حضرت رابعہ بصریؒ:** بعض لوگوں نے آپ سے سوال کیا کہ بلا کسی ظاہری مرض کے آپ گریہ و زاری کیوں کرتی رہتی ہیں۔ فرمایا کہ میرے سینے میں ایک مرض پنہاں ہے کہ جس کا علاج نہ تو کسی طبیب کے بس میں ہے اور نہ وہ مرض تمہیں دکھائی دے سکتا ہے اور اس کا واحد علاج صرف وصال خداوندی ہے۔ اس لیے میں مریضوں جیسی صورت بنائے ہوئے گریہ و زاری کرتی رہتی ہوں کہ شاید اسی سبب سے قیامت میں تکمیل تمنا ہو جائے۔ آپ اکثر فرمایا کرتیں تھیں کہ صرف زبانی توبہ کرنا کاذب لوگوں کا فعل ہے کیونکہ اگر صدق دل کے ساتھ توبہ کی جائے تو دوبارہ کبھی توبہ کی ضرورت ہی پیش نہ آئے۔

☆**اقوال حضرت فضیل بن عیاضؒ:** فرمایا دو خصلتیں حماقت پر مبنی ہیں اول بلاوجہ ہنسنا، دوم دن رات کی بیداری سے گریز کرنا اور خود عمل نہ کرتے ہوئے دوسروں کو نصیحت کرناo کسی قاری نے بہت خوش الحانی کے ساتھ آپ کے سامنے کوئی آیت تلاوت کی تو آپؒ نے فرمایا کہ میرے بیٹے کے نزدیک جا کر تلاوت کرو لیکن سورۃ القارعۃ ہرگز مت پڑھنا کیونکہ خشیت الٰہی کی وجہ سے وہ ذکر قیامت سننے کی استطاعت نہیں رکھتا۔ مگر قاری نے وہاں پہنچ کر سورۃ القارعۃ کی ہی تلاوت کی اور آپ کا صاحبزادہ ایک چیخ مار کر دنیا سے رخصت ہو گیاo حضرت امام احمد بن حنبلؒ فرمایا کرتے تھے کہ میں نے اپنے کانوں سے حضرت فضیل کو یہ کہتے سنا ہے کہ طالب دنیا رسوا و ذلیل ہوتا ہے۔

☆**اقوال حضرت ابراہیم بن ادہمؒ:** فرمایا کہ جس کو تین حالتوں میں دلجمعی حاصل نہ ہو تو سمجھ لو کہ اس کے اوپر باب رحمت بند ہو چکا ہے۔ اول تلاوت کلام مجید کے وقت، دوم نماز میں، سوم ذکر و شغل کے وقتo آپؒ فرمایا کرتے تھے کہ میں نے ایک غلام خرید کر جب اس سے دریافت کیا کہ تم کھاتے کیا ہو؟ تو اس نے کہا کہ جو آپ کھلا دیں۔ میں نے پھر پوچھا تمہاری خواہش کیا ہے؟ تو اس نے جواب دیا جو آپ کی خواہش ہو۔ غلام کو ان چیزوں سے بحث نہیں ہوا کرتی یہ سن کر میں نے سوچا کہ کاش میں بھی اللہ تعالیٰ کا یونہی اطاعت گزار ہوتا تو کتنا بہتر ہوتاo کسی نے آپؒ سے سوال کیا کہ دلوں پر پردے کیوں پڑے ہوئے ہیں؟ فرمایا کہ خدا کے دشمنوں کو اپنا دوست سمجھنے پر اور آخرت کی نعمتوں کو فراموش کر دینے کی وجہ سے۔

☆**اقوال حضرت بشر حافیؒ:** فرمایا کہ دنیاوی نمود کا خواہشمند لذت و آخرت سے محروم رہے گاo ایک دن آپؒ نے قبرستان میں مُردوں کو لڑتے ہوئے دیکھ کر اللہ تعالیٰ سے عرض کیا کہ ان کا راز مجھے بھی معلوم ہو جائے۔ جب میں نے ان مُردوں سے پوچھا تو انہوں نے کہا کہ ایک ہفتہ قبل کسی شخص نے سورہ اخلاص پڑھ کر اس کا ثواب ہمیں بخش دیا تھا، آج پورے ایک ہفتے سے ہم اس کی تقسیم میں مصروف ہیں لیکن ابھی تک وہ ختم نہیں ہواo فرمایا کہ جو دنیاوی عزت چاہتا ہے اسے تین چیزوں سے کنارہ کش رہنا چاہیے، اوّل مخلوق سے اظہار حاجت کرنا، دوم دوسروں میں عیب نکالنا، سوم کسی کے مہمان کے ہمراہ جاناo

☆**اقوال حضرت ذوالنون مصریؒ:** فرمایا کرتے تھے کہ ایک دن میں دریا پر وضو کر رہا تھا کہ سامنے کے محل پر ایک خوبصورت لڑکی نظر آئی اور جب میں نے اس سے گفتگو کرنے کیلئے کہا تو اس نے کہا کہ دور سے میں تم کو دیوانہ تصور کیے ہوئے تھی اور جب کچھ قریب آ گئی تو میں نے عالم سمجھا اور جب بالکل قریب آ گئی تو اہل معرفت تصور کیا لیکن اب معلوم ہوا کہ تم ان تینوں میں سے کچھ بھی نہیں اور جب میں نے اس کی وجہ پوچھی تو اس نے جواب دیا کہ دیوانے وضو نہیں کرتے، عالم نامحرم پر نظر نہیں ڈالتے اور اہل معرفت خدا کے سوا کسی کو نہیں دیکھتے۔ یہ کہہ کر وہ غائب ہو گئی اور میں نے سمجھ لیا کہ یہ غیب کی جانب سے ایک تنبیہ ہےo فرمایا ہر جرم کی ایک سزا ہوا کرتی ہے اسی طرح ذکر الٰہی سے غفلت کی سزا دنیاوی محبت ہےo فرمایا کہ انسان پر چھ چیزوں کی وجہ سے تباہی آتی ہے۔ 1- اعمال صالحہ سے کوتاہی کرنا 2- ابلیس کا فرمانبردار ہونا 3- موت کو قریب نہ سمجھنا 4- رضا الٰہی چھوڑ کر مخلوق کی رضا مندی حاصل کرنا 5- نفس پرستی کرنا 6- اکابرین کی غلطی کو سند بنا کر ان کے فضائل پر نظر نہ کرنا اور اپنی غلطی کو ان کے سر تھوپناo فرمایا کہ اگر تم حصول معرفت کے متمنی ہو تو خدا سے ایسی دوستی کی مثال (بقیہ صفحہ نمبر 36 پر)

خواتین پوچھتی ہیں؟

یہ صفحہ خواتین کے روزمرہ خاندانی اور ذاتی مسائل کیلئے وقف ہے۔ خواتین اپنے روزمرہ کے مشاہدات اور تجربات ضرور تحریر کریں۔ نیز صاف صاف اور مکمل لکھیں چاہے بے ربط ہی کیوں نہ لکھیں۔ (ام اوراق)

بال گر رہے ہیں

میری شادی ہونے والی ہے اور میں بہت سے ڈاکٹروں، حکیموں سے علاج کرا چکی ہوں۔ میرے سر کی خشکی کم ہونے کی بجائے بڑھتی جا رہی ہے۔ طرح طرح کے شیمپو استعمال کرنے اور تیل لگانے سے میرے سر میں تکلیف زیادہ ہوگئی ہے۔ ماتھا آگے سے چوڑا ہوتا جا رہا ہے، بال گر رہے ہیں۔ بہت پریشان ہو کر آپ کو خط لکھ رہی ہوں۔ خدا کیلئے میری مدد کریں۔ دسمبر میں میری شادی ہے اور بال تیزی سے گر رہے ہیں۔ جوئیں بھی بار بار پڑ جاتی ہیں۔ آسان مشورہ دیں۔ (نام شائع نہ کریں)

جواب: آپ پریشان ہو رہی ہیں۔ کیا اس پریشانی سے آپ کے گرتے بالوں پر کوئی فرق پڑے گا۔ آپ چقندر منگایئے مگر وہ پتوں کے ساتھ ہوں۔ دو تین چقندروں کے پتے لے کر موٹے کاٹ لیجئے، انہیں ایک کلو پانی میں اچھی طرح جوش دیجئے۔ پھر اتار کر رکھ لیجئے۔ روزانہ یہ پانی سر میں لگایئے اور پانچ دس منٹ بعد سر دھولیں۔ تلوں کا تیل یا کھوپرے کا تیل منگایئے اس میں چقندر کے قتلے کاٹ کر خوب گرم کیجئے۔ جب چقندر سیاہ ہو جائیں تو اتار کر ٹھنڈا کر کے چھانیئے۔ ہفتے میں دو بار یہ تیل رات کو سر پر لگایئے۔ صبح شیمپو کیجئے اور پھر چقندر کے پتوں کے پانی سے سر دھو کر خشک کر لیجئے اگر آپ کے پاس وقت ہے تو دن میں دو بار پتوں کے پانی سے سر دھویئے۔ اس کے بعد سادہ پانی سر میں نہ ڈالیے۔

چقندر کے پتوں کے پانی میں یہ خاصیت ہے کہ خشکی دور کرتا ہے اور بالوں کو بڑھاتا ہے۔ اس کے استعمال سے بار بار جوئیں پیدا نہیں ہوتی۔ چقندر کے تیل سے بھی بال بڑھتے ہیں۔ ایک ماہ میں یہ سب کچھ تو ہونے سے رہا، بہرحال فرق پڑے گا۔ آپ استعمال کرتی رہیے، بے ضرر علاج ہے۔

حساس جسم

موسم بدلتے ہی میرے بچے بیمار پڑ جاتے ہیں۔ طرح طرح کے دانے جسم پر نکلتے ہیں۔ کبھی سرخ دھپڑ پڑ جاتے ہیں۔ اینٹی الرجی دوا سے وقتی طور پر ہی آرام آتا ہے۔ میری بچی کا چہرہ بہت خراب ہوگیا ہے۔ سرخ کالے نشانات کی وجہ سے وہ سکول بھی نہیں جاتی۔ فروری، مارچ میں زیادہ دانے نکلتے ہیں۔ دوسرا مسئلہ یہ کہ میرے گھر کی دیواروں میں سیلن آجاتی ہے۔ کوئی ایسا ٹوٹکہ بتایئے کہ جس سے یہ تکلیف دور ہو جائے۔ (سلمیٰ یاسمین)

موسم بدلنے کی وجہ سے انسانی جسم کی حساسیت، بہت بڑھ جاتی ہے اور اسی وجہ سے آپ کے بچوں کو جلدی تکالیف ہوتی ہیں۔ ہمارے ہاں، عناب کے دانے ان تکالیف کیلئے عرصہ دراز سے استعمال ہو رہے ہیں۔ بڑوں کیلئے سات دانے عناب کے رات کو ایک پیالی پانی میں بھگو دیجئے اور صبح مل چھان کر پی لیجئے۔ بیس اکیس دن پینے سے خون کی خرابی ٹھیک ہو جاتی ہے۔ نزلہ، زکام، کھانسی، اگر الرجی سے ہو تو اس کا جوشاندہ پینے سے ٹھیک ہو جاتا ہے۔ تین چار ہفتہ پی لیا جائے تو الرجی ٹھیک ہو جاتی ہے۔ عناب جوشاندے کا اہم جزو ہوتا ہے۔ عناب کا شربت بھی ہمدرد دواخانہ سے لے کر اپنے بچوں کو پلا سکتی ہیں۔ جن بچیوں کے منہ پر موسم کی حساسیت سے کیل مہاسے نکلیں انہیں عناب سات عدد اور منڈی بوٹی کے گیارہ دانے رات کو بھگو کر صبح مل کر اور چھان کر پینے سے آرام آتا ہے۔ منڈی کا ذائقہ تلخ ہوتا ہے لہٰذا اس میں ایک چمچی چینی یا شہد ملا کر پی سکتے ہیں۔ عناب کا شربت گرمیوں میں استعمال کرنے سے بہت فائدہ ہوتا ہے۔

بربادی کا علاج

میں اکلوتی لڑکی ہوں۔ بچپن ہی سے مجھے تکلیف ہے۔ اب میری شادی ہونے والی ہے۔ مجھے بتایئے میں اپنے آپ کو کیسے درست کروں اور کیسے اپنی تکلیف پر قابو پاؤں۔ خدا اور رسول ﷺ کے واسطے میری مدد کیجئے، بہت مجبور ہو کر خط لکھ رہی ہوں۔ اللہ آپ کا بھلا کرے۔ (س، ش، صوابی)

بی بی! آپ کا مفصل خط میرے سامنے ہے۔ آپ جوابی لفافہ بھیج دیتیں تو میں براہ راست جواب دیتا۔ اب آپ دوبارہ خط لکھ کر جوابی لفافہ بھیجئے۔ قصور آپ کا نہیں۔ بچپن میں خصوصاً دیہات میں بچوں کو اس طرح گود میں لیا جاتا ہے کہ ان کے جسم کے نازک حصے رگڑ کھاتے رہتے ہیں۔ ایسے میں نائلون کے نیکر ہو تو اور بھی برا اثر پڑتا ہے۔ ہوا نہ لگنے اور رگڑ سے خراشیں پیدا ہو کر دانے ہو جاتے ہیں جو آہستہ آہستہ بڑھ جاتے ہیں اور خارش کی یہ عادت پختہ ہو جاتی ہے۔ والدین کو چاہیے کہ بچوں کو احتیاط سے گود میں لیں۔ چار پانچ سال کے بچے کو کندھے پر بٹھا کر چلنا اچھی بات نہیں۔ کچھ بچوں کی جلد حساس ہوتی ہے۔ ابھی پچھلے دنوں تین سالہ بچی کو دیکھا اس کا نیچے کا سارا جسم دانوں اور پیپ سے بھرا تھا۔ وجہ یہی تھی کہ رگڑ سے خراش ہوتی تھی جو شدید عارضے میں بدل گئی۔

آپ جہاں رہتی ہیں، وہاں آس پاس نیم کا درخت ضرور ہوگا۔ آپ نیم کے پتے اور چھوٹی ٹہنیاں توڑ کر پانی کے دیگچے میں اُبال لیجئے اور ٹھنڈی کر کے ماؤف حصے کو دن میں تین بار اچھی طرح دھویئے۔ گیندے کے پھول مل جائیں یا کوئی پودا تو اس کے نرم پتے توڑ کر تھوڑے سے پانی میں ابال لیے۔ پتے نکال کر اس پانی میں تھوڑا سا کھوپرے کا تیل ملا کر پکایئے۔ پانی خشک ہو جائے تو تیل سنبھال کر رکھ لیجئے۔ ایک پاؤ پھولوں کیلئے آدھا پاؤ تیل کافی ہے۔ پانی خشک ہونے پر یہ پچاس گرام رہ جائے گا۔ رات کو سوتے وقت یہ لگایئے۔ آپ کو اپنی عادت پر خود بھی قابو پانا ہوگا تبھی آرام آئے گا۔

دائمی قبض ہے

مجھے دائمی قبض کی شکایت ہے۔ میں دیسی گھی، دودھ، امرود سب استعمال کر چکی ہوں، کوئی فرق نہیں پڑتا۔ میری ٹانگوں میں اس قدر درد ہوتا ہے کہ چل پھر نہیں سکتی۔ آپ اس کی دوا بتایئے۔ میرے والد سل کے مریض ہیں۔ جب وہ سو کر اٹھتے ہیں تو ان کی ایڑیوں میں درد ہوتا ہے۔ پاؤں زمین پر نہیں لگتے۔ ڈاکٹروں کی دوا سے کوئی آرام نہیں آیا۔ (روبی، ساہیوال)

جواب: دائمی قبض کیلئے آپ تازہ سبزیاں کچی اور پکی کھایئے۔ بغیر چھنے آٹے کی روٹی کھایئے۔ آلو بخارا کے موسم میں صبح نہار منہ اس کا ناشتہ کیجئے۔ مغرب کے وقت کھانا کھایئے اور رات دس بجے کے بعد ایک چمچ زیتون کا تیل دودھ میں ملا کر پیجئے۔ اس کے بعد اور کچھ نہیں کھانا۔ آج کل بند گوبھی مل جاتی ہے۔ گوشت میں یا سادہ گوبھی کی بھجیا بنا کر کھایئے۔ بند گوبھی کے پتے سلاد میں شامل کر سکتی ہیں۔ دوا کی بجائے آپ غذا اور پھلوں پر زور دیجئے۔ ہری سبزیاں آپ کیلئے مفید ہیں۔ ہڑ کا مربہ مل جائے تو قبض کیلئے وہ بھی مفید ہے، منقیٰ کے بیج نکال کر 20 دانے آدھ پیالی پانی میں بھگو دیجئے۔ صبح اٹھ کر کھایئے۔ اس سے بھی دیرینہ قبض کی شکایت دور ہوتی ہے۔ والد صاحب کیلئے میرا مشورہ تو یہ ہے کہ آپ ساہیوال میں کسی اچھے ڈاکٹر کو دکھا کر دوا لیجئے۔ ان کی علامت ایسی ہے کہ وہ دوا سے ٹھیک ہو سکتے ہیں۔ پانی زیادہ سے زیادہ آپ بھی پیجئے اور والد صاحب کو بھی پلایئے۔ اس سے فائدہ ہوگا۔ یورک ایسڈ کی وجہ سے بھی یہ درد ہو جاتا ہے۔

نرینہ اولاد

میری زمین گاؤں میں ہے اور ایک نوجوان میری کبھی کبھی مدد کرتا تھا۔ اس کی تین بیٹیاں تھیں، بیٹا کوئی نہیں تھا۔ میں نے اس سے پوچھا کہ آپ کا پیشہ کاشتکاری ہے۔ بیٹیاں جوان ہو کر اپنے گھر چلی جائیں گی تیرا بیٹا نہیں تو کام میں کون مدد کریگا۔ اس نے کہا کہ یہ معاملہ اللہ کے ہاتھ میں ہے کیا کر سکتا ہوں۔

(محمد ایوب ڈھیری حسن آباد، راولپنڈی)

ہر والدین کی ہمیشہ خواہش رہی ہے کہ ان کے ہاں اولاد نرینہ ہو تا کہ وہ بڑھاپے کا سہارا بن سکے اور جائیداد کا وارث بن سکے مگر کچھ انسانوں کے ہاں 7/5 لڑکیاں پیدا ہوتی ہیں لڑکا پیدا نہیں ہوتا، یہ ایک بہت بڑا مسئلہ ہے۔ آج پاکستان اور دوسرے کئی ممالک میں عورتوں کی تعداد مردوں سے زیادہ ہے کیونکہ ہمارا طرزِ زندگی بہت بدل چکا ہے۔

اس انسانی مسئلہ پر 1960ء میں ایک امریکی ڈاکٹر شٹل نے تحقیق شروع کی۔ وہ بھی اس وجہ سے کہ ایک عورت اس کے کلینک میں آئی اور کہا کہ میرے تین لڑکے ہیں، میں چاہتی ہوں کہ میری ایک لڑکی ہو۔ ڈاکٹر نے کہا کہ اللہ میاں کے اختیار میں ہے۔ میں اس سلسلے میں تمہاری مدد نہیں کر سکتا۔ عورت نے بڑے غصے سے کہا کہ آپ کافی عرصہ سے ڈاکٹری کر رہے ہیں آپ کو یہ پتہ نہیں کہ لڑکا/لڑکی کی پیدائش کس طرح ہوتی ہے؟ عورت چلی گئی اور ڈاکٹر اس کا منہ دیکھتا رہا۔ ڈاکٹر نے غصے میں آکر کلینک بند کر دیا اور اس مسئلہ پر 20 سال تحقیق کی اور 90 فیصد کامیاب رہا۔ اس نے دنیا کے ڈاکٹروں کو مفت تربیت دی۔ میری زمین گاؤں میں ہے اور ایک نوجوان جس کی عمر 30 سال ہے، میری کبھی کبھی مدد کرتا تھا۔ اس کی تین بیٹیاں تھیں بیٹا کوئی نہیں تھا۔ میں نے اس سے پوچھا کہ آپ کا پیشہ کاشتکاری ہے۔ بیٹیاں نوجوان ہو کر اپنے گھر چلی جائیں گی۔ تیرا بیٹا نہیں تو کام میں کون مدد کریگا۔ اس نے کہا کہ یہ معاملہ اللہ کے ہاتھ میں ہے کیا کر سکتا ہوں۔ میں نے ڈاکٹر شٹل کے اصولوں کے مطابق اسے مشورہ دیا کہ وہ مٹھی بھر کالے چنے ایک کپ ابلے ہوئے دودھ میں رات کو بھگو کر رکھ دیں اور صبح کو یہ نہار منہ چنے کھالے اور دودھ پی لے۔ دو ماہ تک اپنی بیوی کے پاس نہ جائے۔ اس نے مشورہ پر پورا عمل کیا اور اپنی بوڑھی پھوپھی کو کمرے میں سونے کیلئے لے آیا تا کہ مکمل پرہیز ہو سکے۔ سال کے بعد میں گاؤں گیا وہ بڑا خوش تھا، اس کے ہاں لڑکا پیدا ہوا تھا پھر اس نے اسی مشورہ پر عمل کیا تو خدا نے اسے تین بیٹے دیئے بعد میں کوئی بیٹی نہ ہوئی۔ ڈاکٹر شٹل نے دو مختلف دوائیاں بھی تحریر کیں مگر ان کا کہنا تھا کہ نر سپرم پرہیز سے مضبوط اور توانا ہوتے ہیں۔ چنے کھانے سے سپرم بہت زیادہ پیدا ہوتے ہیں۔ کچھ مردوں نے اس کی تصدیق لیبارٹری سے کروائی ہے۔ میں نے تجربہ 4 آدمیوں پر آزمایا ہے، 4 میں سے 3 کامیاب ہوئے، ایک ناکام۔ آپ کی اطلاع کیلئے سپرم 45 دن میں جوان ہوتے ہیں۔ یہ انسانی مسئلہ اتنا گہرا ہے کہ ایک دفعہ ایک بوڑھے حکیم صاحب فیصل آباد سے تشریف لائے، کہنے لگے کہ میری 3 بیٹیاں ہیں جو شادی شدہ ہیں۔ ان سب کے ہاں بیٹیاں پیدا ہو رہی ہیں، میں بہت پریشان ہوں، خدا کرے کہ ان کا مسئلہ حل ہو جائے۔ جب کسی شادی شدہ مرد کی پہلی اولاد بیٹی ہو تو اسے مادہ حیات کو بہتر بنانے کی کوشش کرنی چاہیے۔ پہلے پرہیز لازمی کرے اور خوراک دودھ، دہی، مکھن اصلی اور اپنی خوراک میں دیسی انڈا' مونگ پھلی (15 دانے) اخروٹ (3 عدد) مٹر' دال ماش استعمال کریں۔ گوشت اور مصالحہ بہت کم۔ گرم غذا سے احتلام کا خطرہ رہتا ہے۔ ہمارا طرز زندگی بدلنے سے یہ مسئلہ پیدا ہوا ہے ورنہ قیام پاکستان سے پہلے یہ نہ تھا، گھر کا کنبہ ایک کمرے میں اکٹھے سوتے تھے اور غذا دودھ لسی تھی، گوشت کم کھایا جاتا تھا۔ بہت سے لوگوں کا بھلا بھی ہوگا ان شاء اللہ۔

ایڈیٹر کا اعتراف

آپ کی نظروں سے بندہ کی کتب (تالیفات) اور رسالہ گزرا ہوگا۔ ہر ممکن کوشش کی ہے کہ کہیں کمپوزنگ یا مضمون میں غلطی نہ ہو اگر کسی کتاب یا رسالہ میں کہیں غلطی ہوگئی ہو تو ضرور اصلاح اور اطلاع فرمائیں۔ اپنے آپ کو طالب علم سمجھتا ہوں۔ نہ چاہتے ہوئے بھی غلطی ممکن ہے۔ آپ کی مخلصانہ رائے کتب اور رسالہ کے بارے میں نہایت قیمتی اور خلوص پر مبنی ہوگی۔ اس سے یقیناً کتب اور رسالہ کی اصلاح میں مدد ملے گی۔ نیز عبقری میں فرقہ ورانہ اور متعصب تحریریں نہ بھیجیں۔ مضمون نگار کی آراء سے مدیر اور ادارہ کا متفق ہونا ضروری نہیں لہٰذا کسی مضمون کی اشاعت پر ادارہ جواب دہ نہیں۔

(ایڈیٹر: حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی)

عبقری آپ کے شہر میں

کراچی: رہبر نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 0333-2168390۔ **پشاور:** اطلس نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 0300-9595273۔ **راولپنڈی:** کمبائنڈ نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 051-5505194۔ **لاہور:** شفیق نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 042-7236688۔ **سیالکوٹ:** ملک اینڈ سنز ریلوے روڈ، 0524-598189 **ملتان:** الشیخ نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 0300-7388662۔ **رحیم یار خان:** امانت علی اینڈ سنز، 068-5872626۔ **خانیوال:** طاہر سٹیشنری مارٹ۔ **علی پور:** ملک نیوز ایجنسی، 0333-7684684۔ **ڈیرہ غازی خان:** عمران نیوز ایجنسی، 064-2017622۔ **جھنگ:** حافظ طلحہ اسلام صاحب، جامعہ عثمانیہ سٹلائیٹ ٹاؤن 0334-6307057۔ **حاصل پور:** گلزار ساجد صاحب نیوز ایجنٹ، 062-2449565۔ **درگاہ پاکپتن:** مہر آباد نیوز ایجنسی ساہیوال روڈ پاکپتن 0333-6954044۔ **کلورکوٹ:** محمد اقبال صاحب، حذیفہ اسلامی کیسٹ ہاؤس۔ **مظفر گڑھ:** النور نیوز ایجنسی، 066-2413121۔ **گجرات:** خالد بک سنٹر مسلم بازار، 0333-8421027۔ **چشتیاں:** حافظ محمد اظہر، اکبر بوٹ ہاؤس 0632-508841۔ **شورکوٹ کینٹ:** عدنان اکرم صاحب، 0333-7685578۔ **بہاولپور:** ابو معاویہ، قاسمی نیوز ایجنسی 0622-73194۔ **بوریوالہ:** سید شیخ احمد شہید تحصیل والی گلی 0300-7591190۔ **وہاڑی:** فاروق نیوز ایجنسی ٹھینگ موڑ 0333-6005921۔ **بھیرہ شریف:** شیخ ناصر صاحب نیوز ایجنٹ، 0301-6799177۔ **ٹوبہ ٹیک سنگھ:** حاجی محمد یسین جنگ نیوز ایجنسی 0462-511845۔ **وزیر آباد:** شاہد نیوز ایجنسی، 0345-6892591۔ **ڈسکہ:** نایاب نیوز ایجنسی، 0300-6430315۔ **حیدر آباد:** الحبیب نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 0300-3037026۔ **سکھر:** الفتح نیوز ایجنسی مہران مرکز، 071-5613548۔ **کوئٹہ:** خرم نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 0333-7812805 **اٹک:** نعیم پنسار سٹور حضرو ضلع اٹک، 0301-5514113۔ **میلسی:** امتیاز احمد صاحب الواحد ٹیسٹی ریسٹورنٹ، 0321-7982550۔ **خان پور:** چوہدری فقیر محمد صاحب، انیس بک ڈپو، 068-5572654۔ **واہ کینٹ:** حبیب لائبریری اینڈ بک ڈپو لیاقت علی چوک، 0514-543384۔ **فیصل آباد:** ملک کاشف صاحب، نیوز ایجنٹ اخبار مارکیٹ، 0300-6698022۔ **صادق آباد:** عاصم منیر صاحب، چوہدری نیوز ایجنسی، 068-5705624۔ **قلعہ دیدار سنگھ:** عطاء الرحمن مکہ میڈیکل سٹور، سول اسپتال قلعہ دیدار سنگھ، 0300-7451933۔ **بھکر:** ممتاز احمد، نیوز ایجنٹ چشتی چوک، 0300-7781693۔ **کوٹ ادو:** عبدالمالک صاحب، اسلامی نیوز ایجنسی، 0333-6008515 **منڈی بہاؤ الدین:** آصف میگزین اینڈ فریم سنٹر 0546-504847۔ **احمد پور شرقیہ:** بخاری نیوز ایجنسی، 0302-8674075 **بنوں:** امیر احمد جان 0333-9748847۔ **نارووال:** محمد اشفاق صاحب، باؤجی نیوز ایجنسی ضیاء شہید چوک ظفروال۔ **گلگت:** نارتھ نیوز ایجنسی، مدینہ مارکیٹ۔ **شمالی علاقہ جات:** جاوید اقبال ہیلپ لائن نیوز ایجنسی مین روڈ گاہکوچ۔ غذر شمالی علاقہ جات۔ **ہنزہ:** ہنزہ نیوز ایجنسی علی آباد ہنزہ۔ **سکردو:** سودے بکس اسٹور۔ لنک روڈ سکردو، بلتستان نیوز ایجنسی نیا بازار سکردو۔ **جہانیاں:** حافظ نذیر احمد، جمال کالونی نزد تھانہ، 0333-7646085 **گوجرانوالہ:** رحمٰن نیوز ایجنسی، 0300,6422516 **سرگودھا:** احمد حسن، مدنی کیسٹ اینڈ جنرل سٹور مدنی مسجد سرگودھا، 0301-6762480 **چکوال:** عمران فاروق، 0333-5778810

رسالے کا تبادلہ اطلاعاً عرض ہے کہ عبقری فی الحال بطور تبادلہ رسائل ارسال نہیں کیا جاتا۔

سکتہ کے خاتمے کیلئے: ہینگ لیں اور اسے عرق سونف میں ڈال کر پیس لیں۔ مریض کو یہ سنگھانے سے سکتہ دور ہو جاتا ہے۔

اولیاء کے مستند وظائف و عملیات

حضرت مولانا محمد رمضان صاحب رح بوڑیوی عاشق الٰہی صاحب قدس سرہ

21 دانہ گندم لیں۔ ہر ایک دانہ پر ایک ایک بار سورۂ فاتحہ دم کر کے ان دانوں کو دودھ میں ڈال کر پکائیں۔ اگر دودھ پھٹ جائے تو اس عورت پر کارگر نہ ہوگا اور اگر نہ پھٹا تو اس دودھ پر 360 مرتبہ سورۂ فاتحہ دم کر کے اور 11 روز تک عورت اور مرد کو پلائیں یہ عمل اولاد کیلئے ہے۔

ہر ماہ کسی ایک بزرگ کی زندگی کے آزمودہ روحانی نچوڑ آپ عبقری میں پڑھیں۔

خواص سورۂ فاتحہ: (1) سورۂ فاتحہ میں سوائے موت کے ہر مرض کیلئے شفاء ہے۔

(2) جو شخص فرائض عشاء اور وتروں کے درمیان سورۂ فاتحہ 260 مرتبہ 260 روز تک پڑھے گا، اگر پڑھنے والا فقیر ہوگا تو مالدار ہو جائے گا۔

(3) اگر سورۂ فاتحہ 100 مرتبہ روزانہ پڑھا کریں تو ہر بلا سے امن میں رہیں اور دشمن مغلوب و مقہور ہو جائے گا۔

(4) جس شخص کو تپ بخار آ رہا ہو، ایک روئی کے پھایہ پر سات مرتبہ سورۂ فاتحہ پڑھ کر دم کر کے مریض کے بائیں کان میں رکھ دیں، بخار جاتا رہے گا۔

(5) اگر کسی کو سانپ نے کاٹ لیا ہو تو دودھ پر 7 بار یا 21 بار سورۂ فاتحہ دم کر کے تھوڑا سا لہسن پیس کر ملا دیں اور مریض کو پلائیں۔ شفا پائے گا۔

(6) اگر کسی کا لڑکا بھاگ گیا ہو اور اس قفل کو ایک کوری ہانڈی میں رکھ کر تقریباً ایک سیر پانی ڈال کر چولہے پر رکھ کر آگ جلائیں اور گیارہ بار سورۂ یٰسین پڑھ کر دم کریں۔ انشاء اللہ لڑکا شام تک واپس آ جائے گا۔

7- 21 دانہ گندم لیں ہر ایک دانہ پر ایک ایک بار سورۂ فاتحہ دم کر کے ان دانوں کو دودھ میں ڈال کر پکائیں۔ اگر دودھ پھٹ جائے تو اس عورت پر کارگر نہ ہوگا اور اگر نہ پھٹا تو اس دودھ پر 360 مرتبہ سورۂ فاتحہ دم کر کے اور 11 روز تک عورت اور مرد کو پلائیں یہ عمل اولاد کیلئے ہے۔

آیت کریمہ پڑھنے کی ترکیب: رات کو ایک پیالہ پانی سے بھر کر مصلی پر رکھ لیں اور 360 مرتبہ آیت کریمہ پڑھنا شروع کریں جب ایک تسبیح پوری ہو جائے تو اس تسبیح کو پانی میں بھگو کر اپنے چہرہ اور بدن پر پھیریں یہی عمل 40 روز تک پڑھیں دوسری ترکیب میں نیت حصول مطلب 12 ہزار مرتبہ روزانہ 40 روز تک آیت کریمہ پڑھیں۔ اگر 12 ہزار مرتبہ نہ پڑھ سکیں تو 12 سو مرتبہ ضرور پڑھیں۔

سورۂ مزمل پڑھنے کی ترکیب: پہلے 21 مرتبہ یہ درود پڑھیں: "**اَللّٰھُمَّ صَلِّ عَلٰی مُحَمَّدٍ وَّ عَلٰی اٰلِ مُحَمَّدٍ بِعَدَدِ الْمُزَّمِّلُ وَالْخَصَائِصُ**" اس کے بعد یہ دعا ایک بار پڑھیں: "**یَاحَنَّانُ اَنْتَ الَّذِیْ وَسِعْتَ کُلَّ شَیْءٍ رَّحْمَۃً وَّ عِلْمًا یَا حَنَّانُ**" اس کے بعد سورۂ مزمل 41 بار پڑھیں اور آخر میں 100 مرتبہ یہ دعا پڑھیں: "**اَللّٰھُمَّ اِنِّیْ اَسْئَلُکَ اَنْ تُسَخِّرَ لِیْ خُدَّامَ ھٰذِہِ السُّوْرَۃِ الشَّرِیْفَۃِ بِحَقِّ لَآ اِلٰہَ اِلَّا اللّٰہُ مُحَمَّدٌ رَّسُوْلُ اللّٰہِ**" اس کے بعد درود شریف پڑھ کر اللہ سے دعا مانگیں۔ یہ عمل 40 روز کا ہے۔

سورۂ مزمل پڑھنے کی دوسری ترکیب: سورۂ مزمل ہر روز تین مرتبہ بعد نماز فجر اور بعد نماز عشاء 3 مرتبہ اس ترکیب سے پڑھیں کہ جب اس آیت پر پہنچیں **رَبُّ الْمُشْرِقِ وَ الْمَغْرِبِ لَآ اِلٰہَ اِلَّا ھُوَ فَاتَّخِذْہُ وَکِیْلًا۔** تو اس آیت کو تین مرتبہ پڑھیں۔ اس کے بعد **حَسْبُنَا اللّٰہُ وَ نِعْمَ الْوَکِیْلُ** 450 بار پڑھ کر سورۂ مذکورہ تمام کریں اور سجدہ میں دعا مانگیں۔

تنویر قلب: جو شخص آیت **حَسْبُنَا اللّٰہُ وَ نِعْمَ الْوَکِیْلُ** کثرت سے پڑھے گا اللہ تعالیٰ اس کے دل کو منور کر دے گا۔ تمام پوشیدہ چیزیں ظاہر ہونے لگیں گی۔ تمام مکروہات سے امن میں رہے گا۔ تمام موذی جانوروں کی گزند سے محفوظ رہے گا۔ جادو اس پر اثر نہ کریگا۔

دشمن، حاسد اور مفسد کے شر سے محفوظ رہنے کیلئے:

سیسہ کے ایک ٹکڑے پر کندہ کر کے انگوٹھی کے نگینہ کے نیچے رکھ کر ہاتھ میں پہنیں۔ کسی شخص کی طاقت نہ ہوگی کہ اس کے سامنے یا پس غیب اس کو برا بھلا کہہ سکے، وہ آیت یہ ہے:

بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ۔

خیر و برکت کیلئے **بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ ۝ ذٰلِکَ فَضْلُ اللّٰہِ یُؤْتِیْہِ مَنْ یَّشَآءُ ط وَاللّٰہُ ذُو الْفَضْلِ الْعَظِیْمِ۔**" (سورۂ جمعہ آیت نمبر 4) جمعہ کے دن لکھ کر صندوق یا مال خزانہ میں رکھیں، حق تعالیٰ غیب سے برکت عطا فرمائے گا۔

☆ اگر کسی کھانے پینے کی چیز سے نقصان یا ضرر کا اندیشہ ہو، سورۂ قریش پڑھ کر کھالیں۔ انشاء اللہ مضر ثابت نہ ہوگی۔

☆ دیو پری کے دفعیہ کیلئے مریض کو سامنے بٹھا کر سورۃ الطارق 3 مرتبہ پڑھ کر دم کریں۔ ☆ جس گھر میں آسیب کا عمل دخل ہو سورۂ مزمل گیارہ بار پانی پر پڑھ کر وہ پانی گھر کے چاروں کونوں میں ڈال دیں۔ آسیب بھاگ جائے گا۔

☆ سورۃ الناس کی تلاوت سے بھی آسیب شیاطین بھاگ جاتے ہیں۔ جن اور پری کے دفعیہ کیلئے سورۂ جن 7 مرتبہ دم کریں۔

☆ اگر مرد یا عورت پر دیو کا اثر ہو تو سورۂ حجرات لکھ کر مریض کے دائیں ہاتھ پر باندھیں۔ اگر مکان کی دیوار پر سورۂ حجرات لکھ کر لٹکا دیں۔ دیو اور جن اس گھر میں داخل نہ ہو سکے گا۔

3 بار آیت الکرسی اور 3،3 بار چاروں قل اور 41 بار **یَاحَفِیْظُ تَحَفَّظْتُ بِالْحِفْظِ وَ احْفَظْ فِیْ حِفْظِکَ یَاحَفِیْظُ** پڑھ کر ہاتھوں پر دم کر کے تمام جسم پر ملیں۔ جنات، شیاطین اور ہر قسم کے آسیب سے حفاظت کیلئے بہترین حصار ہے۔

"ال م ص ر ک ہ ی ع ط ص ح ق۔ یہ 14 نورانی حروف ہیں لکھ کر پاس رکھنے والا حرق، غرق، سرق اور ہر بدی سے محفوظ رہے گا۔ اگر **بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ** پانی پر دم کر کے بخار کے مریض کو پلائیں صحت یاب ہوگا۔

معرفت حق

صراط مستقیم پر چلنے انعام یافتہ لوگوں کی صف میں شریک ہونے اور اللہ تعالیٰ کی معرفت حاصل کرنے کے لیے تہجد کے نفلوں کے بعد اول و آخر درود شریف کے ساتھ "**یَاھَادِیُ**" پڑھ کر مراقبہ کیا جائے۔ (بیگم منظور۔ حویلی لکھا)

منی آڈر اور خط بھیجنے والے ضرور پڑھیں

اکثر منی آڈر پر پتہ مکمل اور وضاحت نہیں لکھی ہوتی کہ رقم کس مقصد کے لیے بھیجی گئی ہے اور پتہ بالکل پڑھا نہیں جاتا۔ اس لیے جوابی لفافے یا منی آرڈر پر پتہ نہایت واضح صاف، خوشخط اور اردو میں لکھیں، اور اپنا فون نمبر ضرور لکھیں۔ پتہ لکھا ہوا جوابی لفافہ اگر نہ بھیجا تو جواب نہ ملے گا بغیر پتہ لکھے جوابی لفافہ نہ بھیجیں۔ قارئین کی سہولت کے لئے کتب، ادویات اور رسالہ VP یعنی فون یا خط پر ہم فوری طور پر بذریعہ ڈاک آپ کو مہیا کرتے ہیں۔ افسوس ناک پہلو یہ ہے کہ VP منگوانے کے بعد، اکثر وصول نہیں کرتے اور واپس کر دیتے ہیں۔

بچے جن کے ہاتھ پاؤں سائنس کھا گئی

ہائیڈل برگ کا ایک پانچ سالہ بچہ جس کے دونوں ہاتھ مصنوعی ہیں، ایک سکول میں پڑھتا ہے وہ بڑا ذہین طالب علم ہے اور سب استاد اس کی تعریف کرتے ہیں۔ سکول کے دوسرے بچوں کے مقابلے میں وہ زیادہ دشواری محسوس نہیں کرتا۔ (محمد اعظم)

میز پر ڈیڑھ دو سال کی ایک ننھی منی بچی لیٹی تھی۔ اس کے دونوں بازو غائب تھے۔ ڈاکٹر ایک عجیب وغریب مشین اس کے بازوؤں کے ٹنڈ پر چڑھا رہا تھا۔ یہ مشین دو مصنوعی بازو تھے جو بٹن دبانے سے کام کرتے تھے۔ اچانک بچی رونے لگی۔ ڈاکٹر نے بٹن دبایا۔ مصنوعی بازو اٹھے اور بچی کے پیٹ پر رکھے ہوئے کھلونے کو اٹھا لیا۔ بچی کی پتلیاں حیرت سے پھیل گئیں۔ وہ بڑی دلچسپی سے اپنے نئے بازو دیکھنے لگی۔

آیئے ہم آپ کو بتائیں کہ مصنوعی بازوؤں کی ضرورت کیوں پیش آئی۔ آج سے چند سال قبل جب تھالیڈومائڈ کیمیائی مرکب مختلف ناموں سے بازار میں آیا تو لوگوں نے اسے ہاتھوں ہاتھ لیا۔ تھالیڈومائڈ کی تمام ادویات عورتوں کے مخصوص امراض کے لیے تیار کی گئی تھیں۔ اس وقت کسی کے وہم وگمان میں بھی نہ تھا کہ یہ ادویات آگے چل کر بنی نوعِ انسان کے لیے ایک ایسا مسئلہ پیدا کر دیں گی جس کا حل انسانی طاقت سے باہر ہوگا۔ جلد ہی تھالیڈومائڈ کے نقصانات ظاہر ہونے لگے۔ حمل کے دوران میں جس خاتون نے بھی یہ دوائیں استعمال کیں، اس کے ہاں نامکمل اعضا والا بچہ پیدا ہوا۔ کسی کے کان دکھائی نہیں دیتے، تو کسی کی ناک نامکمل، بعض بچوں کا صرف ایک ہاتھ اور ایک ٹانگ تھی۔ یہ بچے پیدا ہوتے رہے لیکن کسی نے تھالیڈومائڈ کو ذمہ دار نہیں ٹھہرایا۔ صرف جرمنی میں تین سال کے اندر پانچ ہزار سے زائد نامکمل اعضاء والے بچے پیدا ہوئے۔ اس روز افزوں تعداد سے یورپ میں خوف و دہشت کی ایک لہر دوڑ گئی۔ وہمی اور کمزور عقیدہ لوگوں کا خیال تھا کہ بنی نوع انسان پر کوئی آسمانی آفت نازل ہوئی ہے اور یہ بچے اصل میں والدین کے گناہوں کی پاداش ہیں۔ لیکن ماہرینِ طب اس خیال سے متفق نہ تھے۔ تحقیقات شروع ہوئیں اور سب سے پہلے جرمنی کے چند ڈاکٹر اس نتیجے پر پہنچے کہ یہ سب کچھ تھالیڈومائڈ استعمال کرنے کا نتیجہ ہے۔ اس دوران میں قسم قسم کے بچے دیکھنے میں آئے۔ بعض بچوں کی انگلیاں شانوں سے جڑی ہوئی تھیں۔ بعض کے ہاتھوں میں صرف ایک ایک انگلی تھی۔ بعض کے پاؤں میں دو سے لے کر چار تک انگلیاں تھیں۔ کچھ بدقسمت ایسے بھی تھے، جن کے بازو تھے، نہ ٹانگیں بے چارے گوشت کا ایک لوتھڑا معلوم ہوتے تھے۔ جرمن ڈاکٹروں نے بہت شور مچایا لیکن کسی نے ان کی ایک نہ سنی۔ تھالینڈومائڈ تیار کرنے والی فرمیں یہ ماننے پر ہرگز تیار نہ تھیں کہ ان کی ادویات اس درجہ مہلک ثابت ہو سکتی ہیں۔ آخر جرمنی کی طبی کونسل نے حکومت سے مدد کی درخواست کی، حکومت کے توسط سے یہ فرمیں اس بات پر رضامند ہو گئیں کہ وہ جلد سے جلد بازار میں موجود اپنی مصنوعات واپس منگوا لیں گی۔ لیکن ادویات واپس منگوانے کا کام کئی ماہ میں پورا ہوا۔ اس دوران میں اخباروں اور ریڈیو سے متعدد بار اعلان کیا گیا کہ عوام تھالیڈومائڈ کے استعمال سے گریز کریں لیکن تھالیڈومائڈ ادویات دور دور تک پھیل چکی تھیں۔ جرمنی، انگلستان، کینیڈا، ریاست ہائے متحدہ امریکہ، پرتگال، سوئیزرلینڈ، آسٹریلیا، اور جاپان کے بازاروں میں یہ دوائیں دھڑا دھڑ بک رہی تھیں۔ آہستہ آہستہ تھالیڈومائڈ کے نقصانات ہر خاص وعام پر واضح ہو گئے۔ لیکن جو خواتین یہ دوائیں استعمال کر چکی تھیں، ان کے ہاں نامکمل اعضا والے بچوں کی پیدائش روکنا انسانی طاقت سے باہر تھا، چنانچہ ان تمام ملکوں میں ایسے بہت سے بچے پیدا ہوئے۔ ماؤں نے اپنے جگر گوشوں کو اس حال میں دیکھا تو خوف اور افسوس کے ملے جلے جذبات سے وہ سکتے میں آ گئیں۔ بہت سی ماؤں نے اس غم سے خودکشی کر لی۔ کئی عورتوں نے اپنے بچوں کو قتل کرنے کی کوشش بھی کی۔ لیکن آہستہ آہستہ انہیں صبر آ ہی گیا۔ آخر یہ بچے ان کا خون تھے۔ ان کے ننھے منے سینوں میں دھڑکنے والے دل ان کے اپنے دلوں کا ایک حصہ تھے۔ جدید سائنس ان ننھے منے بچوں کے مرض کی ذمہ دار تھی۔ سائنس دانوں نے مقدور بھر کوشش کی کہ اس مسئلے کا کوئی حل دریافت کیا جائے چنانچہ مصنوعی اعضاء تیار کیے گئے۔ ان اعضاء میں بازو اور ٹانگیں قابلِ ذکر ہیں۔ یہ اعضاء جنگ عظیم کے بعد ایک جرمن فوجی ڈاکٹر گوئز کوہن نے ایجاد کیے تھے۔ بعد میں تھالیڈومائیڈ سے پیدا ہونے والے ناقص الاعضاء بچوں کے لیے استعمال کیے جانے لگے۔

یہاں جرمن ڈاکٹروں کی ان تحقیقات کا ذکر بے جا نہ ہوگا جو انہوں نے تھالیڈومائڈ کے استعمال سے رحمِ مادر میں بچے پر مرتب ہونے والے اثرات کے بارے میں کی ہیں۔ ڈاکٹروں کا خیال ہے کہ حاملہ خاتون اگر انتالیس سے لے کر اکتالیسویں دن کے دوران تھالیڈومائڈ استعمال کرے تو نومولود کے ہاتھ غائب ہوں گے۔ اکتالیسویں دن سے چوالیسویں دن کے دوران میں یہ دوائیں استعمال کی جائیں تو بچے کی دونوں ٹانگیں ندارد ہوں گی۔ پنتالیسویں دن تھالیڈومائڈ کھانے سے نومولود کے کان نہیں بن سکیں گے۔

ماہرین طب کی ایک بڑی تعداد اس بات پر متفق ہے کہ حاملہ عورتوں کو نئی نئی دوائیں ہرگز استعمال نہیں کرنی چاہئیں۔ اگر ممکن ہو تو انہیں ہر قسم کی دواؤں سے پرہیز کرنا چاہیے۔ بعض ایسی جرمن خواتین نے جن کے ہاں ناقص الاعضاء بچے ہوئے، وضعِ حمل سے قبل سولہ سے لے کر بیس تک مختلف قسم کی دوائیں کھائی تھیں۔ ان دواؤں میں خواب آور گولیاں، ٹانک، پیٹ اور سر کے درد کو کم کرنے والی گولیاں شامل تھیں۔ بعض بظاہر بے ضرر اور عام قسم کی دواؤں میں بھی ایسے مضر اجزا ہوتے ہیں، جو رحمِ مادر میں موجود بچے کی نشوونما پر برا اثر ڈالتے ہیں، بے تحاشا دوائیں کھانا بھی نقصان دہ ہے۔

مصنوعی ہاتھ پاؤں ایک سال کی عمر میں نامکمل اعضا والے بچوں کو لگائے جاتے ہیں۔ والدین کو ہدایت کر دی جاتی ہے کہ یہ اعضاء ہر وقت بچوں کے ساتھ رہیں تاکہ وہ ان کے عادی ہو جائیں۔ یہ اعضاء دو طرح کے ہیں، پہلی قسم کے اعضاء بڑی بیٹری کے سیل سے چلتے ہیں، دوسری قسم کاربن ڈائی اکسائیڈ سے کام کرتی ہے۔ کاربن ڈائی اکسائیڈ ایک لمبی ٹیوب میں بھری ہوتی ہے۔ ہر تیسرے چوتھے روز اس ٹیوب کو بدلنا پڑتا ہے۔ مصنوعی ٹانگوں کی مدد سے یہ بچے آہستہ آہستہ چل پھر سکتے ہیں۔ مصنوعی ہاتھوں سے چیزیں پکڑ سکتے ہیں۔

(بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

حصول غنا و کشائش: ہر نماز کے بعد سورہ الم نشرح 3 بار الحمد شریف ایک بار سورۃ القدر گیارہ بار پڑھیں۔

مولانا سعید احمد خانؒ کی باتیں

سنت پرعمل سے دنیا وآخرت کی کامیابی کا راز

آپ بہت زیادہ سخاوت کرنے والے تھے۔ دسترخوان پر چھوٹا، بڑا گوشت، لسی اور ہر قسم کے لوازمات مدینہ طیبہ میں آنے والے مہمانوں کے لیے مہیا فرماتے۔ لیکن خود بچی ہوئی ہڈیوں میں کدو ڈال کر تناول فرماتے۔ (محمد عثمان غنی۔ جوہر آباد)

حضرت مولانا سعید احمد خانؒ جید اور برگزیدہ بزرگ تھے۔ چند سال قبل آپؒ نے مدینۃ الرسول ﷺ میں وفات پائی اور جنت البقیع میں محو استراحت ہیں۔ آپؒ سنت نبوی ﷺ پر سو فیصد عمل کرنے والے تھے۔ بطور ترغیب چند باتیں عرض کرتا ہوں ہوسکتا ہے کہ کوئی قاری ان قیمتی باتوں سے ترغیب پا کر سنت نبوی ﷺ پر عمل کرنے والا بن جائے جو کہ دنیا وآخرت کی کامیابی کا راز ہے۔

حضرت مولانا یوسفؒ نے مشورہ کیا کہ مدینہ طیبہ میں کس کو بھیجا جائے تاکہ وہاں پر دعوت الی اللہ کا کام کرنے والوں کی رہنمائی کر سکے تو مشورہ میں کوئی بات واضح نہ ہوسکی۔ آپؒ نے استخارہ فرمایا خواب میں آپ ﷺ کی زیارت ہوئی، آپ ﷺ نے فرمایا کہ مولانا سعید احمد خان کو بھیج دو وہ سنت پر بہت زیادہ عمل کرنے والے ہیں۔ چنانچہ مولانا کو مدینہ طیبہ بھیج دیا گیا۔ آپؒ جب مدینہ طیبہ میں داخل ہوتے تو یہ اشعار پڑھتے۔

محمد ﷺ کا روضہ قریب آرہا ہے
بلندی پہ اپنا نصیب آرہا ہے
جاکر یہ خبر دو فرشتو!
کہ خادم تمہارا سعید آرہا ہے

آپؒ بہت زیادہ سخاوت کرنے والے تھے۔ دسترخوان پر چھوٹا بڑا گوشت، لسی اور ہر قسم کے لوازمات مدینہ طیبہ میں آنے والے مہمانوں کیلئے مہیا فرماتے۔ لیکن خود بچی ہوئی ہڈیوں میں کدو ڈال کر تناول فرماتے۔ آپؒ نے چھوٹا سا چمڑے کا ایک دسترخوان رکھا ہوا تھا۔ کھانا ہمیشہ دسترخوان پر ہی کھاتے۔ سخاوت میں آپ ﷺ کی سنت پر عمل کرنے والے تھے۔ حج کے ایک موقع پر فرمایا کہ ہر ساتھی کو دیسی گھی 1/2 کلو کا ایک پیکٹ دو۔ چنانچہ ایک بہت بڑا کنٹینر تقسیم کیا گیا۔

حضرت مولانا طارق جمیل صاحب نے حضرت مولانا کی خدمت کی اور عرض کیا کہ دینی علوم میں کمزور ہوں کچھ ارشاد فرمائیں۔ آپؒ نے فرمایا کہ پوری زندگی میں دو باتوں پر سختی سے کاربند ہو جاؤ، اللہ تعالیٰ علوم سے نوازیں گے۔ فرمایا کہ اوّل نگاہ کی حفاظت کرو اور کبھی بھی کسی غیر محرم پر نظر نہ ڈالو۔ دوسرا فرمایا کہ روزانہ ایک حدیث آپ ﷺ کی زبانی یاد کیا کرو۔

مولانا ان دونوں باتوں پر سختی سے عمل پیرا ہیں اور فرمایا کہ زیادہ کتابیں پڑھنے کی کوئی ضرورت نہیں۔

چلاس (گلگت) کے ایک عالم حاضر خدمت ہوئے، ان کی بہت خاطر مدارت کی اور فرمایا کہ جب پاکستان جانا ہوا، آپ کے ہاں ضرور حاضری دوں گا۔ بعد از مجلس ایک ساتھی نے عرض کیا کہ حضرت یہ کیا بات ہے کہ آپ از خود وہاں حاضری کے مشتاق ہیں۔ فرمایا کہ یہ ایسی جگہ ہے جہاں پر شرک نہیں ہے۔ بعد تحقیق یہ بات سو فیصد درست ثابت ہوئی کہ پورے چلاس میں کہیں بھی شرک کی بو محسوس نہ ہوئی۔ مولانا فرماتے کہ غیر عرب چڑھتا ہوا اور عرب گرتا ہوا بھی (عمل کے اعتبار سے) ہمارے چڑھتے ہوئے سے بہتر ہے کیونکہ ان میں شرک نہیں ہے۔

علامہ خاویؒ نے ایک حدیث نبوی ﷺ میں حضور اقدس ﷺ کا ارشاد نقل کیا ہے کہ تین آدمی قیامت کے دن اللہ کے عرش کے سایہ میں ہوں گے جس دن اس کے سایہ کے علاوہ کسی چیز کا سایہ نہ ہوگا۔ ایک وہ شخص جو مصیبت زدہ کی مصیبت ہٹائے، دوسرا وہ جو میری سنت کو زیادہ کرے، تیسرا وہ جو میرے اوپر کثرت سے درود بھیجے۔

بزرگوں کی نورانی باتیں اگر لکھنا شروع کر دی جائیں تو کئی دفتر درکار ہیں۔ عقلمند کیلئے اشارہ ہی کافی ہوتا ہے۔ حقیقت محمدی ﷺ بہت بڑی چیز ہے۔ آپ ﷺ کے مرتبہ ومقام، اللہ تعالیٰ کے ساتھ آپ ﷺ کا تعلق اور اللہ تعالیٰ کا آپ ﷺ سے تعلق۔ آپ ﷺ کا امام الانبیاء ہونا، عرش کی سیر کرکے آنا.......... آج ہی سے روزانہ ایک سنت اپنانا شروع کیجئے۔ محبت ومعرفت اور تعلق باللہ کے مزے لیجئے!

(بقیہ: ذیعقد امن کا مہینہ)

ایک دن کے روزے کا ثواب: حدیث شریف میں ہے جو شخص ذیقعد کے مہینہ میں ایک دن روزہ رکھتا ہے تو اللہ کریم اس کے واسطے ہر ساعت میں ایک مقبول حج اور ایک غلام آزاد کرنے کا ثواب لکھنے کا حکم دیتا ہے۔ (فضائل شہور)

ایک حدیث مبارک میں ہے کہ (اس مہینہ کے اندر ایک ساعت کی عبادت ہزار سال کی عبادت سے بہتر ہے) اور فرمایا کہ اس مہینہ میں پیر کے دن روزہ رکھنا ہزار برس کی عبادت سے بہتر ہے۔ (فضائل شہور)

گھبراہٹ اور ڈر کی وجہ سے نیند کا نہ آنا

حضرت خالد بن ولیدؓ کو گھبراہٹ کی وجہ سے نیند نہ آنے کی شکایت تھی۔ انہوں نے اس تکلیف کا ذکر آنحضرت ﷺ سے کیا۔ آنحضرت ﷺ نے ایک دعا حضرت خالد بن ولیدؓ کو فرمائی، جو کہ درج ہے۔

مجھے تقریباً دو سال سے یہ تکلیف تھی۔ گرمیوں میں ظہر کی نماز کے بعد جب سونے کے لیے لیٹتا تو گھبراہٹ کی وجہ سے نیند اُڑ جاتی۔ پندرہ منٹ یا آدھے گھنٹے کی نیند ہوتی۔ میں اس وجہ سے پریشان تھا، اسی دوران میں نے یہ دعا پڑھنی شروع کر دی۔

اَللّٰھُمَّ رَبَّ السَّمٰوٰتِ السَّبْعِ وَمَا اَظَلَّتْ وَرَبَّ الْاَرْضِیْنَ وَمَا اَقَلَّتْ وَرَبَّ الشَّیَاطِیْنِ وَمَا اَضَلَّتْ کُنْ لِیْ جَارًا مِّنْ شَرِّ خَلْقِکَ اَجْمَعِیْنَ اَنْ یَّفْرُطَ عَلَیَّ اَحَدٌ مِّنْھُمْ اَوْ اَنْ یَّطْغٰی عَزَّ جَارُکَ (وَتَبَارَکَ اسْمُکَ) وَجَلَّ ثَنَاؤُکَ وَلَا اِلٰہَ غَیْرُکَ لَا اِلٰہَ اِلَّا اَنْتَ۔

جب سے اس دعا کو پڑھنا شروع کیا ہے، ڈیڑھ سے دو گھنٹے کی میٹھی نیند کر لیتا ہوں۔ دعا پڑھنے سے گھبراہٹ، بالکل ختم ہو جاتی ہے۔ اتنی مؤثر دعا ہے کہ عقل حیران ہے۔ اگر آپ کو بھی گھبراہٹ اور ڈر کی وجہ سے نیند نہ آنے کی شکایت ہے تو اس نبوی ﷺ نسخے کو استعمال کریں اور میٹھی نیند کے مزے لوٹیں۔

(اظہر عنایت شاہ۔ کوہاٹ)

نزلہ زکام کیلئے: ایک بڑا چمچ شہد ایک گلاس پانی میں ملا لیجئے پھر ایک چمچ ادرک کا رس ملا دیجئے۔ دن میں تین، چار مرتبہ لیں۔

چھ سورتوں کا روحانی پیکیج

جادو اور بندش کے مارے لوگوں نے یہ عمل کیا یا ان کی طرف سے نیت کر کے ان کے مخلص اور عزیزوں نے کیا تو انتہائی فائدہ ہوا۔ اتنا فائدہ ہوا کہ انسان گمان نہیں کر سکتا۔ لڑکیوں میں شادی کی بندش، کاروباری بندش، گھریلو بندش، گھر میں جھگڑے فساد یا اس کے علاوہ کوئی بھی جادوئی مسئلہ ہو اس کے لیے نہایت موثر ہے۔

قارئین! آپ کے لیے قیمتی موتی چن کر لاتا ہوں اور چھپاتا نہیں، آپ بھی سخی بنیں اور ضرور لکھیں (ایڈیٹر حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی)

ایک ذاتی نشست میں دیرینہ مخلص اور محسن جناب پروفیسر حافظ تہذیب الحسن سے ملاقات ہوئی۔ موصوف انجینئرنگ یونیورسٹی لاہور میں بیسویں گریڈ میں الیکٹریکل کے پروفیسر ہیں۔ دورانِ گفتگو فرمانے لگے کہ ہمارے ایک جاننے والے صالح شخص نے مجھے ایک روحانی فارمولا بتایا کہ اگر سر کے بالوں سے لے کر پاؤں کے ناخن تک کوئی بھی درد ہو تو یہ عمل آخری شفایابی کا پیغام ہے۔ وہ عمل یہ ہے، فجر کی دوسنتیں، ظہر کی دوسنتیں، مغرب کی دوسنتیں اور عشاء کی دوسنتوں میں آخری چھ سورتیں مع تسمیہ پڑھیں۔ ترکیب یہ ہوگی، پہلی رکعت میں پہلی تین سورتیں یعنی سورۂ الکافرون، سورۂ نصر اور سورۂ لہب مع تسمیہ اور آخری رکعت میں آخری تین سورتیں یعنی سورۂ اخلاص، سورۂ فلق اور سورۂ والناس پڑھیں۔

پروفیسر صاحب کی بات سنتے ہی بندہ کو اپنے اور دوسرے احباب کے تجربات یاد آ گئے۔ وہ تجربات بیان کرنے کے بعد آپ کی ملاقات ان سے کرائیں گے، جنہوں نے محترم پروفیسر صاحب کو یہ روحانی نسخہ بتایا تھا۔ 4 نمازوں کی 2 سنتوں میں پڑھا جانے والا یہ عمل پرانی، لاعلاج اور پیچیدہ بیماریوں کے لیے ایک تریاق اور تیر بہدف عمل ہے۔ ایک صاحب ناف کی تکلیف میں مبتلا ہوئے۔ دم کرایا، ملوایا اور مالش کرائی، ساتھ ساتھ ادویات بھی استعمال کیں، لیکن فائدہ نہ ہوا۔ انہیں یہ عمل مستقل پڑھنے کو عرض کیا یعنی فجر، ظہر، مغرب اور عشاء کی دوسنتوں میں چھ سورتیں پڑھیں الغرض انہوں نے یقین، توجہ اور دھیان سے یہ عمل شروع کیا چونکہ علاج معالجے سے عاجز اور تنگ آ چکے تھے، چند ہی دنوں میں مریض میں صحت یابی کے اثرات آنا شروع ہوئے اور بالکل تندرست ہو گئے۔

ایک صاحب دل کے آپریشن کے بعد اتنے کمزور ہو گئے کہ کروٹ بدلنا مشکل ہو گئی، یہاں تک نہیں بلکہ مرض کے بعد مرض اور مرض بڑھتا گیا، یعنی ایک مرض سے نکلے تو دوسری مرض پہلے سے منتظر تھی۔ گھر والے، دوست، احباب اور خود مریض بھی عاجز آ گیا۔ حتیٰ کہ موت کی دعا کرنے لگے۔ ان سے عرض کیا کہ آپ لیٹے ہوئے ہی نماز پڑھیں اور یہ چھ سورتوں والا عمل مستقل کریں۔ انہوں نے یہ عمل مستقل کیا اور ساتھ انہیں ''لَاحَوْلَ وَلَا قُوَّةَ اِلَّا بِاللّٰهِ الْعَلِيِّ الْعَظِيْمِ'' پڑھنے کا مشورہ دیا کہ ہر پل، ہر سانس، وضو بے وضو، پاک ناپاک، ''لَاحَوْلَ وَلَا قُوَّةَ اِلَّا بِاللّٰهِ الْعَلِيِّ الْعَظِيْمِ'' کا بکثرت وظیفہ پڑھیں کیونکہ یہ 99 مرضوں کا علاج ہے۔ قارئین یقین جانیے چند ہی دنوں میں مریض ایسے تندرست ہوا کہ جیسے فریب کیا ہوا تھا۔

ایک خاتون بڑے گھر کی درمیانے طبقے میں بیاہی گئی۔ خدا کا کرنا ہوا وہاں پریشان، بیمار اور ٹینشن میں مبتلا رہنے لگی۔ نفسیاتی علاج معالجے کرائے اور ادویات استعمال کرائیں گئیں۔ مریضہ تنہائی کا شکار ہو گئی یا بعض اوقات غصے اور چڑچڑاپن کے دورے پڑتے، سارا گھر پریشان۔ طرح طرح کی نفسیاتی حرکتیں کرتی، انہیں یہ عمل بتایا کہ مریضہ خود کرے ورنہ اس کی طرف سے تمام گھر والے اس کی نیت سے کریں۔ عمل شروع ہوا اور اللہ کا کرم ہوا۔ آہستہ آہستہ مریضہ بالکل تندرست ہو گئی۔

قارئین یہ چند واقعات جسمانی، نفسیاتی، ٹینشن اور ڈپریشن کے مریضوں کے آپ نے پڑھے ورنہ تو یہ عمل ٹینشن، ڈپریشن، سٹریس اور عاجز کر دینے والی نفسیاتی اور جسمانی بیماریوں کے لیے تریاق عمل ہے۔ اس دوران بے شمار تجربات ایسے مریضوں کے ہوئے جن کے ہاں بندش، رکاوٹ، نظر بد اور جادو جنات کے اثر تھے۔ چاہے ان کے گھروں میں تھے، کاروبار میں یا کسی اکیلے انسان پر تھے۔ جادو اور بندش کے مارے لوگوں نے یہ عمل کیا یا ان کی طرف سے نیت کر کے ان کے مخلص اور عزیزوں نے کیا تو انتہائی فائدہ ہوا۔ اتنا فائدہ ہوا کہ انسان گمان نہیں کر سکتا۔ لڑکیوں میں شادی کی بندش، کاروباری بندش، گھریلو بندش، گھر میں جھگڑے فساد یا اس کے علاوہ کوئی بھی جادوئی مسئلہ ہو اس کے لیے نہایت موثر ہے۔

قارئین یہ عمل تمام جسمانی امراض، پیچیدہ نفسیاتی تکالیف، ٹینشن، ڈپریشن، جادو جنات، نظر بد اور بندش کے لیے ایک عجیب الاثر عمل ہے۔ اگر میں ان مذکورہ بیماریوں سے شفایاب ہونے والوں کا تذکرہ کروں تو ایک مکمل کتاب بن سکتی ہے لیکن یقین والوں کے لیے یہی الفاظ کافی ہیں۔

اب آئیے آپ کی ملاقات (بقیہ: صفحہ نمبر 36 پر)

عمل سے کامیابی

رات کو سوتے وقت قرآنی آیت پڑھ کر سو جائے۔ انشاءاللہ خواب میں کُل حال روشن ہو جائے گا۔ کون چور ہے؟ اس کا نام کیا ہے؟

(1) اگر کسی کا مال چوری ہو گیا ہو اور کسی شخص پر شبہ ہو یا بہت سے شخصوں پر ہو تو ذیل کی آیت کا کاغذ پر لکھ کر بچھڑے کے گلے میں باندھے اور مشتبہ شخص یا اشخاص کا ہاتھ باری باری بچھڑے پر رکھائے جو چور ہو گا اس کے ہاتھ رکھنے پر بچھڑا بولے گا۔ آیت یہ ہے۔ **بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ. "اِنَّ الَّذِيْنَ اتَّخَذُوا الْعِجْلَ سَيَنَالُهُمْ غَضَبٌ مِّنْ رَّبِّهِمْ وَ ذِلَّةٌ فِي الْحَيٰوةِ الدُّنْيَا ط وَ كَذٰلِكَ نَجْزِي الْمُفْتَرِيْنَo** (سورۃ الاعراف آیت نمبر 152)

(2) حسن اعتقاد کے ساتھ رات کو سوتے وقت آیات ذیل پڑھ کر سو جائے۔ انشاءاللہ خواب میں کل حال روشن ہو جائے گا۔ کون چور ہے؟ اس کا نام کیا ہے؟ کہاں رہتا ہے؟ کیا کام کرتا ہے؟ مال کہاں ہے؟ ملے گا یا نہیں۔ اگر سات دن تک متواتر ایسا کریگا تو چور خود بخود حاضر ہو جائیگا۔ سات دفعہ روزانہ رات کو سوتے وقت پڑھو۔

سَيَقُوْلُ لَكَ الْمُخَلَّفُوْنَ مِنَ الْاَعْرَابِ شَغَلَتْنَآ اَمْوَالُنَا وَ اَهْلُوْنَا فَاسْتَغْفِرْ لَنَا ج يَقُوْلُوْنَ بِاَلْسِنَتِهِمْ مَّا لَيْسَ فِيْ قُلُوْبِهِمْ ط قُلْ فَمَنْ يَّمْلِكُ لَكُمْ مِّنَ اللّٰهِ شَيْئًا اِنْ اَرَادَ بِكُمْ ضَرًّا اَوْ اَرَادَ بِكُمْ نَفْعًا ط بَلْ كَانَ اللّٰهُ بِمَا تَعْمَلُوْنَ خَبِيْرًا o بَلْ ظَنَنْتُمْ اَنْ لَّنْ يَّنْقَلِبَ الرَّسُوْلُ وَالْمُؤْمِنُوْنَ اِلٰٓى اَهْلِيْهِمْ اَبَدًا وَّزُيِّنَ ذٰلِكَ فِيْ قُلُوْبِكُمْ وَظَنَنْتُمْ ظَنَّ السَّوْءِ ج وَ كُنْتُمْ قَوْمًا م بُوْرًاo (سورۃ فتح آیت نمبر 11،12)

(3) یہ تصور کر کے کہ چور واپس آ کر مجھ سے معافی مانگ رہا ہے۔ ہر نماز کے بعد پانچ مرتبہ روزانہ یہ آیت پڑھو۔

وَلِلّٰهِ مُلْكُ السَّمٰوٰتِ وَالْاَرْضِ ط يَغْفِرُ لِمَنْ يَّشَآءُ وَ يُعَذِّبُ مَنْ يَّشَآءُ ط وَكَانَ اللّٰهُ غَفُوْرًا رَّحِيْمًا o (سورۃ فتح آیت نمبر 14) انشاءاللہ ایک ہفتے کے اندر اندر یا تو چور تمہارے پاس آ جائے گا یا خواب میں یا الہامی۔

(ایسے بے مثال باکمال وظائف اور عملیات کیلئے ''کالی دنیا، کالا جادو، وظائف اولیاء اور سائنسی تحقیقات'' کتاب پڑھیں)

 بزرگ فرماتے ہیں کلمہ کے انوار و برکات اپنے رگ و ریشہ میں بساؤ تا کہ یہ کلمہ دل کی گہرائیوں تک پہنچتا ہوا مرتے وقت جان کے ساتھ جائے

نفسیاتی گھریلو الجھنیں اور آزمودہ یقینی علاج

پریشان اور بدحال گھرانوں کے الجھے خطوط اور سلجھے جواب

اگر آپ حقیقی خوشی حاصل کرنا چاہتے ہیں تو دوسروں کی خوشیوں کا خیال رکھیں۔ اپنے والدین کو خوش رکھنے کی کوشش کریں۔ بھائی کی خوشی کا خیال رکھیں اور اردگرد مستحق لوگوں کا احساس کریں۔ آپ کو بھی خوشی کا مستقل رہنے والا احساس ہوگا۔

چھپی ہوئی ممتا

میری بیٹی اپنی پھوپی سے بہت زیادہ محبت کرتی ہے۔ والد کا بھی انتظار کرتی رہتی ہے، جب آفس سے آتے ہیں تو ان کے ساتھ ہی گھومتی پھرتی ہے۔ میں نے محسوس کیا ہے وہ مجھ سے محبت نہیں کرتی۔ میں اپنی والدہ کے ہاں جاتی ہوں تو بھی وہ پھوپی کے ساتھ ہی رہتی ہے جبکہ میں بھی اس کا بہت زیادہ خیال رکھتی ہوں۔ سکول بھیجنا، ہوم ورک کروانا، کھلانا پلانا وغیرہ وغیرہ۔ میں اس پر سختی بھی کرتی ہوں کیونکہ میں اسے بگاڑنا نہیں چاہتی، تربیت کیلئے تو بہت کچھ کرنا ہوتا ہے۔ (صائمہ شکیل......راولپنڈی)

بہت کچھ سے آپ کا کیا مطلب ہے؟ اگر سختی کا ذکر ہے تو بچے ایسے لوگوں سے دور بھاگتے ہیں جو ان کے ساتھ بداخلاقی اور غصے سے پیش آئیں۔ آپ نے بچی کی عمر نہیں لکھی، اندازہ ہو رہا ہے کہ وہ ابھی چھوٹی ہے۔ آپ کی چھپی ہوئی محبت کو سمجھ نہیں پا رہی۔ اس کا خیال ضرور رکھیں لیکن محبت کے اظہار سے گریز نہ کیجئے۔ اس سے باتیں کریں، اتنے پیار سے کہ اسے آپ کی کمی محسوس ہونے لگے، وہ پھوپی کے ساتھ اپنی محبت میں آپ کو شامل کر سکے۔ ویسے بھی آپ تو ماں ہیں، آپ کی محبت سب پر حاوی ہو کر رہے گی۔

اختلافات کی وجہ جانیے

بڑی بہن کی شادی کے پندرہ سال بعد دوسری بہن کی شادی ہوئی اور افسوس کہ فوراً بعد ہی سسرال میں جھگڑے شروع ہو گئے۔ اب بہن زیادہ وقت میکے میں رہتی ہیں۔ امی بھی پریشان ہیں۔ شاید کسی نے کوئی جادو ٹونا کروا دیا ہے کہ بہن اپنے گھر میں نہ بس سکے۔ ہماری خوشیوں سے لوگ خوش نہیں ہوتے، اس کی کیا نفسیات ہے؟ (فرح احمد......کراچی)

جواب: لوگوں کے بارے میں بعد میں سوچنا چاہیے، پہلے اپنی خوشیوں پر خود خوش ہونے کی کوشش ضروری ہوتی ہے۔ جادو کا وہم ذہن سے نکال دیں۔ معلوم کریں کہ بہن کی سسرال میں جھگڑے ہونے کی وجہ کیا ہے؟ غیر جانبداری سے حالات اور رویوں کا تجزیہ کیجئے، اگر کہیں اپنی غلطی نظر آ رہی ہے تو اسے دور کریں۔ ایک نئے گھر میں اپنا مقام بنانے کیلئے جدوجہد تو کرنی ہوگی۔ گھر میں بہو کے آجانے سے لڑکے کی ماں اور بہنیں ہی محسوس کر سکتی ہیں کہ ان پر توجہ بہت کم ہے یا ان کا بیٹا بدل جائے گا۔ ان حالات میں بہو کو یہ ثابت کرنا ہوتا ہے کہ اب ان کا بیٹا اور زیادہ فرمانبردار ہے اور خود بہو کو بھی ساس، نندوں کی پسند، ناپسند کا خیال رکھنا ہوتا ہے۔ اکثر گھروں میں شادی کے بعد ابتدائی دنوں میں ہی اختلافات ہوتے ہیں، بعد میں سب کچھ ٹھیک ہو جاتا ہے۔

ہنسنا بھول جاتا ہوں

مجھے بچپن ہی سے لوگوں کو مذاق میں کچھ نہ کچھ کہہ دینے کی عادت ہے۔ اب محسوس کرتا ہوں کہ وہ لوگ جو مجھے جانتے نہیں میری بات کا برا مان لیتے ہیں اور مجھے کوئی بھی بات کہنے کے بعد پچھتاوا ہوتا ہے۔ پھر میں خود بھی ہنسنا بھول جاتا ہوں۔ (اسد اللہ......کوئٹہ)

انجانے لوگوں سے بہت زیادہ بے تکلف ہونا یا ملتے ہی ہنسی مذاق شروع کر دینا مناسب نہیں۔ جو لوگ آپ کے مزاج کو نہیں جانتے وہ برا مان لیتے ہیں۔ کوئی ایسی بات نہیں کہنی چاہیے، جو کسی کی دل آزاری کر دے کیونکہ انہی باتوں سے بعد میں تکلیف ہوتی ہے، جو لوگ اپنی خامیوں کو تسلیم کر لیتے ہیں، ان کیلئے اپنی اصلاح آسان ہوتی ہے۔

خوشی کا احساس

ہم صرف دو بھائی ہیں۔ میں بڑا ہوں۔ والدین نے شروع سے ہی میرا بہت خیال رکھا۔ بچپن میں قیمتی کھلونے آتے تھے مگر میں دوستوں میں خوش ہو لیتا اور اب کسی بھی چیز سے مجھے کوئی فرق نہیں پڑتا۔ میرے دوستوں کے پاس موٹر سائیکل آجائے تو خوشی سے بے قابو ہو جاتے ہیں اور مجھے والد صاحب نے گاڑی دی ہوئی ہے۔ کہیں آنے جانے کو دل ہی نہیں چاہتا۔ صحت بھی اچھی نہیں رہی۔ جو کافی دن بعد دیکھتا ہے، پوچھتا ہے بیمار ہو۔ (سلمان......اسلام آباد)

جواب: خوشیاں بیرونی ماحول یا اشیاء میں نہیں ہوتیں۔ خوشی کا انحصار تو انسان کی اندرونی حالت پر ہوتا ہے۔ بعض لوگ ایسے ہوتے ہیں جو اپنے تخلیق کردہ مخصوص معیار اور نظریے کے تحت اداسی سے دور اور خوشیوں سے قریب رہنا چاہتے ہیں۔ مادی چیزیں جو آپ کے دوستوں کیلئے خوشی کے حصول کا ذریعہ ہوتی ہیں، آپ کیلئے عام سی ہیں۔ اس لیے ان کے پاس ہونے کا اتنا احساس بھی نہیں۔ اگر آپ حقیقی خوشی حاصل کرنا چاہتے ہیں تو دوسروں کی خوشیوں کا خیال رکھیں۔ اپنے والدین کو خوش رکھنے کی کوشش کریں۔ بھائی کی خوشی کا خیال رکھیں اور اردگرد مستحق لوگوں کا احساس کریں۔ آپ کو بھی خوشی کا مستقل رہنے والا احساس ہوگا۔

اپنے اطمینان کیلئے

میں گزشتہ ایک ماہ سے شدید ذہنی کرب کا شکار ہوں۔ میرے چھوٹے بچے کی عمر ڈیڑھ سال ہے۔ میری ساس کہتی ہیں کہ یہ بہرہ ہے۔ ابھی تک بولتا نہیں، اس کا مطلب ہے سنتا بھی نہیں، ورنہ بولنے لگتا۔ میں نے محسوس کیا ہے کہ وہ بولنے کی کوشش کرتا ہے مگر صاف نہیں بول پاتا۔ شوہر کو بچے کی کیفیت بتاتی ہوں تو وہ الٹا مجھ پر ناراض ہوتے ہیں۔ (شاہدہ......فیصل آباد)

جواب: آپ بچے کو خود کیسا محسوس کرتی ہیں، وہ سنتا ہے یا نہیں، یہ آپ سے زیادہ کس کو معلوم ہوگا۔ اگر آپ یا گھر کا کوئی فرد اسے آواز دیتا ہے اور وہ مخاطب ہوتا ہے تو یقیناً سنتا بھی ہے۔ جہاں تک بولنے کی بات ہے تو ابھی کم عمر ہے، بعض بچے کچھ دیر سے بولتے ہیں۔ پھر بھی اپنے اطمینان کیلئے بچوں کے ماہر ڈاکٹر سے مل سکتی ہیں۔

☆☆☆☆

اولاد کے حق میں ماں کی دُعا

اللہ نے ہمیں اپنی اولاد کی بھلائی و نیک نامی کیلئے مانگنے کا طریقہ بھی سکھایا ہے اور اس کے آداب بھی بتائے ہیں۔ اللہ تعالیٰ کا ارشاد ہے کہ اپنی اولاد کیلئے تم مجھ سے اس طرح مانگو کہ اے اللہ ہمیں ایسی بیویاں اور بچے عطا فرما جو ہمارے لیے آنکھوں کی ٹھنڈک ہوں اور ہمیں متقین کا امام بنا۔

مفکر اسلام حضرت مولانا سید ابوالحسن علی حسنی ندوی کا نام نامی اسم گرامی ہم میں سے کس نے نہیں سنا ہے۔ 86 سال کی عمر میں ابھی چند سال قبل 31 دسمبر 1999ء کو رمضان کی 23 تاریخ کو آپ کا انتقال ہوا۔ اللہ نے آپ سے دین کا وہ کام لیا جس کی نظیر ماضی قریب کی اسلامی تاریخ میں مشکل سے ملتی ہے۔ آپ کو اللہ تعالیٰ نے غیر معمولی محبوبیت اور مقبولیت عطا فرمائی تھی۔ عنداللہ آپ کے مقبول و محبوب ہونے کے دسیوں قرائین پائے جاتے تھے۔ جمعہ کے دن، روزہ کی حالت میں، عین نماز جمعہ سے قبل، سورہ یٰسین کی تلاوت کرتے ہوئے آپ کی روح قفس عنصری سے پرواز کر گئی۔ دنیا کے تقریباً تمام براعظموں اور اہم ممالک میں آپ کی نماز جنازہ غائبانہ ادا کی گئی۔ رمضان المبارک کی ستائیسویں شب کو حرم مکی و مدنی یعنی حرم شریف اور مسجد نبوی میں ستائیس لاکھ سے زائد اللہ کے بندوں نے آپ کی نماز جنازہ غائبانہ ادا کی اور آپ کی مغفرت و رفع درجات کیلئے اللہ سے دعائیں کیں۔ اس طرح کی عنداللہ محبوبیت و قبولیت دنیا میں بہت ہی کم بندوں کے حصہ میں آتی ہیں۔ مولانا اپنے بچپن میں پڑھنے میں نہ بہت ذہین تھے اور نہ بہت چست و چالاک۔ آپ کی علمی صلاحیت بھی مدرسہ میں عام اور درمیانہ درجہ کے طالب علم کی تھی۔ اس کے باوجود آپ سے اللہ نے دین کا جو کام لیا وہ حیرت انگیز بھی تھا اور تعجب خیز بھی۔ حضرت سے جب ان کو حاصل ہونے والی اس توفیق خداوندی کے اسباب و محرکات کے متعلق دریافت کیا جاتا تو آپ بیان کرتے کہ اللہ نے ہمارے مقدر میں دین کی اس خدمت میں ہماری والدہ ماجدہ کی خصوصی دعاؤں کا بڑا حصہ رکھا تھا، یہ اسی کی برکت تھی۔ آپ کی والدہ بڑی عابدہ، زاہدہ اور ذاکرہ تھیں۔ 93 سال کی عمر میں انتقال ہوا۔ وہ اپنی وفات تک ہمیشہ روزانہ دو رکعت صلاۃ الحاجۃ پڑھ کر اپنے اس بیٹے کیلئے دعا کرتی تھی کہ اے اللہ: میرے نور نظر علی سے کوئی غلط کام نہ ہو، زندگی کے ہر موڑ پر اے اللہ تو ہی اس کی صحیح رہنمائی فرما۔ انہوں نے اپنے بیٹے کو وصیت کی تھی کہ علی: روزانہ اپنے معمولات میں اس دعا کو شامل کرنا ''اے اللہ تو مجھے اپنے فضل سے اپنے نیک بندوں کو دیئے جانے والے حصوں میں سے افضل ترین حصہ عطا فرما۔'' اَللّٰھُمَّ آتِنِیْ بِفَضْلِکَ اَفْضَلَ مَاتُؤْتِیْ عِبَادَکَ الصَّالِحِیْنَ

آپ کی والدہ نے آپ کی ولادت سے پہلے ایک خواب دیکھا تھا اس کی تعبیر انہوں نے خود اپنی وفات سے قبل دیکھی۔ خواب یہ تھا کہ ہاتف غیبی نے ان کی زبان پر قرآن کی اس آیت کو جاری کر دیا ہے کہ ''ہم نے تمہاری آنکھوں کی ٹھنڈک کیلئے جو مخفی خزانہ چھپا کر رکھا ہے اس کا تمہیں اندازہ نہیں''۔

فَلَا تَعْلَمُ نَفْسٌ مَّآ اُخْفِیَ لَھُمْ مِّنْ قُرَّۃِ اَعْیُنٍ (سورہ سجدہ آیت نمبر 17) مولانا کی انہوں نے اس طرح تربیت فرمائی تھی کہ ان سے اگر کسی خادم یا ملازمہ کے بچہ پر زیادتی ہوتی تو نہ صرف معافی منگواتی بلکہ ان سے مار بھی کھلاتیں۔ اسی کا نتیجہ تھا کہ بچپن ہی سے مولانا کو ظلم اور غرور و تکبر سے نفرت اور کسی کی دل آزاری سے وحشت ہوگئی۔ عشاء کی نماز پڑھے بغیر اگر سو جاتے تو اٹھا کر نماز پڑھواتیں۔ صبح کو جماعت کے ساتھ نماز پڑھنے کیلئے بھیجتیں۔ فجر کے بعد کبھی تلاوت کا ناغہ نہیں ہونے دیتی تھیں۔ مندرجہ بالا واقعات کی روشنی میں ہم اپنا جائزہ لیں تو شاید ہی ہم میں سے دو فیصد والدین اس کے مطابق اپنے آپ کو پائیں۔ روزانہ صلاۃ الحاجۃ پڑھ کر اپنی اولاد کیلئے مانگنا تو دور کی بات زندگی بھر میں اللہ سے اپنی اولاد کی نیک نامی اور صلاح مانگنے کیلئے ہم نے ایک بار بھی صلاۃ الحاجۃ نہیں پڑھی ہوگی۔ جب کہ اللہ نے ہمیں اپنی اولاد کی بھلائی و نیک نامی کیلئے مانگنے کا طریقہ بھی سکھایا ہے اور اس کے آداب بھی بتائے ہیں۔ اللہ تعالیٰ کا ارشاد ہے کہ ''اپنی اولاد کیلئے تم مجھ سے اس طرح مانگو کہ اے اللہ ہمیں ایسی بیویاں اور بچے عطا فرما جو ہمارے لیے آنکھوں کی ٹھنڈک ہوں اور ہمیں متقین کا امام بنا''۔ رَبَّنَا ھَبْ لَنَا مِنْ اَزْوَاجِنَا وَ ذُرِّیّٰتِنَا قُرَّۃَ اَعْیُنٍ وَّاجْعَلْنَا لِلْمُتَّقِیْنَ اِمَامًا (سورہ فرقان آیت نمبر 74) اے اللہ: خود مجھے نماز قائم کرنے والا بنا اور میری نسلوں کو بھی، اے اللہ تو ہی ہماری اس دعا کو قبول فرما۔ رَبِّ اجْعَلْنِیْ مُقِیْمَ الصَّلٰوۃِ وَمِنْ ذُرِّیَّتِیْ رَبَّنَا وَ تَقَبَّلْ دُعَآءِ (سورہ ابراہیم آیت نمبر 40)

مرکزِ روحانیت و امن میں اسم اعظم کی روحانی محفل اور دعا

ہر منگل مغرب سے عشاء تک حکیم صاحب کا درس، مسنون ذکر خاص، مراقبہ، بیعت اور خصوصی دعا ہوتی ہے جس میں دور دراز سے مرد و خواتین بھی شامل ہوتے ہیں۔ اسماء الحسنیٰ اور پوشیدہ اسم اعظم ہزاروں کی تعداد میں پڑھے جاتے ہیں اختتام پر لوگوں کے مسائل و معاملات الجھنوں اور پریشانیوں سے نجات کے لئے دعا کی جاتی ہے۔ جو خواتین و حضرات دعا میں شامل ہونا چاہیں وہ علیحدہ کاغذ پر مختصراً اپنی پریشانی اور اپنا نام صاف صاف لکھ کر بھیجیں جن حضرات کے لیے دعا کی گئی ان کے نام یہ ہیں

محمد انور گوہر، جہانیاں۔ امیر تاج، بنوں۔ عبدالرزاق، واہ کینٹ۔ سید ابرار الحق، ڈیرہ اسماعیل خان۔ رفعت، فیصل آباد۔ حافظ محمد توقیر، عمر ضیاء، فواد احمد، کشمیر۔ آر۔ اے طور، اسلام آباد۔ عبدالرشید، راولپنڈی۔ اعجاز احمد ندیم، احمد دین، لاہور۔ سمعیہ نوازش علی، طلال احمد، لاہور۔ صوفیہ کامران، وزیر آباد۔ غلام مصطفیٰ، مظفر گڑھ۔ ناصر محمود، آصف محمود، محمد عثمان غنی، جوہر آباد۔ اظہر عنایت شاہ، کوہاٹ۔ محمد انس، فیصل آباد۔ فصیح الرحمٰن، گجرات۔ شہباز، گجرات۔ عبدالرحمٰن، ام ابوذر، بہاولنگر۔ حمیرا اسلم، وہاڑی۔ مسز ذکیہ اقتدار، بہاولنگر۔ محمد امین، خورشید اختر، جواد اللہ خان، کراچی۔ محمد ابراہیم، راولپنڈی۔ محمد نعیم، فیصل آباد۔ عمارہ ثانی، محمد امین اعوان، کوہاٹ۔ منیر احمد عباسی، راولپنڈی۔ رفعت حیات، اٹک۔ اعجاز احمد، سعیدہ بشیر احمد، حافظ وقار احمد کوٹ نجیب۔ محمد بخش منڈی بہاؤالدین، سلیم انور، جہانیاں۔ فضل سبحان، رائے ونڈ۔ سرفراز، رحیم یار خان۔ حکیم عثمان جاوید، گجرات۔ محمد سلیمان، کوئٹہ۔ اسماء، واہ کینٹ۔ ریحانہ انجم، اٹک۔ سدرہ، گوجرانوالہ۔ محمد خالد محمود ناصر، اوکاڑہ۔ محمد خلیل، آزاد کشمیر۔ محمد خالد انصاری، حیدر آباد۔ افشاں کرن، ملتان۔ نزاکت ہمایوں، وقاص امجد، ایبٹ آباد۔ حافظ نصیر قریشی، وہاڑی۔ محمد خرم شہزاد، محمد عثمان، اٹک۔ محمد انور، واہ کینٹ۔ محمود احمد، بہاولپور۔ حسن محمود، مبارک پور۔ جمشید، لاہور۔ تصور حسین رانا، سرگودھا۔ عطاء الرحمٰن، سیالکوٹ۔ محمد یوسف، ڈیرہ اسماعیل خان۔ محمد حفیظ، پشاور۔ جمیل احمد قریشی، گجرات۔ عبدالحکیم، سانگھڑ۔ زبیر احمد شاہ، سرگودھا۔ جاوید اقبال، لاہور۔ محمد بلال، لاہور۔ محمد اکمل فاروق، سرگودھا۔ محمد سعد عمران، ملتان۔ صفیہ، لاہو۔ سعید احمد ساجد، سرگودھا۔ ارم عمر، ملتان۔ محمد طارق بٹ، حافظ آباد۔

چہرے کی جھریاں | الرجی/نزلہ | بال گرتے ہیں | چھوٹا قد | ہیپاٹائٹس

پہلے ان ہدایات کو غور سے پڑھیں: ان صفحات میں امراض کا علاج اور مشورہ ملے گا توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں۔ لکھتے ہوئے اضافی گوند یا ٹیپ نہ لگائیں کھولتے ہوئے خط پھٹ جاتا ہے۔ رازداری کا خیال رکھا جائے گا۔ روحانی مسائل کے لئے علیحدہ خط لکھیں۔ نام اور شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور تحریر کریں۔ نوجوانوں کے خطوط احتیاط سے شائع کیے جاتے ہیں ایسے خطوط کے لئے جوابی لفافہ لازم ہے کیونکہ اکثر خطوط اشاعت کے قابل نہیں ہوتے۔ **نوٹ:** وہی غذا کھائیں جو آپ کے لئے تجویز کی گئی ہے۔

ہیپاٹائٹس

میرا مسئلہ یہ ہے کہ میرے پیٹ کے بائیں طرف ناف کے ساتھ ہر ماہ دو ماہ کے بعد شدید درد ہوتا ہے، درد کی اور اینٹی بائیوٹک گولیاں کھانے سے آرام آجاتا ہے۔ خون' پیشاب' سٹول ٹیسٹ مکمل کرائے۔ الٹراساؤنڈ کرایا اور دل کے ٹیسٹ کرائے۔ سب اللہ کے فضل سے ٹھیک نکلے۔ لیڈی ڈاکٹر سے مکمل چیک اپ کروایا، نارمل تھا۔ لیڈی ڈاکٹر سے درد چیک کروانے گئی تو اس نے کہا کہ ایچ سی وی کروائیں تو رزلٹ پوزیٹو نکلا، جس سے پریشانی ہوئی۔ میری عمر 38 سال ہے۔ پانچ بچے ہیں سب سے چھوٹا بچہ تین سال کا ہے۔ میرا وزن 127 پاؤنڈ ہے۔ قد "7-'5۔ وزن کبھی ایک دو پاؤنڈ بڑھ جاتا ہے کبھی کم ہو جاتا ہے۔ سر میں کبھی کبھی درد ہوتا ہے۔ اس کے علاوہ کبھی کوئی تکلیف نہیں ہوئی۔ خدا کے فضل سے بالکل ٹھیک ہوں اور ہر چیز کھا لیتی ہوں۔ ایچ سی وی رزلٹ کے بعد پریشانی ہوئی ہے۔ (طاہرہ، بہاولنگر)

جواب: آپ بادی چیزیں خاص طور پر بڑا گوشت، آلو، چاول وغیرہ بالکل استعمال نہ کریں۔ جوارش کمونی، جوارش جالینوس اور خمیرہ ابریشم مستقل جاری رکھیں انشاء اللہ تعالیٰ پھر تکلیف نہ ہوگی۔ یہ کوئی خطرناک درد نہیں لیکن احتیاط اور علاج لازم ہے۔ چارٹ سے غذا نمبر 8,7,6,5 استعمال کریں۔

چھوٹا قد

میری عمر 16 سال ہے، میرا مسئلہ یہ ہے کہ میرا قد بہت چھوٹا ہے جس کی وجہ سے میں احساس کمتری کا شکار رہتا ہوں میرا قد پانچ فٹ سے کچھ کم ہے۔ میں چاہتا ہوں کہ کوئی ایسا نسخہ تجویز فرمائیں کہ میرا قد 4 انچ بڑا ہو جائے۔ دوسرا مسئلہ یہ ہے کہ پچھلے سال میری بائیں آنکھ میں ناک کی جانب سے سوجن آئی۔ زیادہ توجہ نہ دی اور میں سمجھا کہ شاید ہر وقت زکام اور نزلہ رہتا ہے اسی کی وجہ سے ہے مگر وہ سوجن نہ گئی۔ کئی ڈاکٹروں کو دکھایا۔ اب ایک ڈاکٹر کو دکھایا تو اس نے بتایا کہ ناک میں غدود ہے اور اس کا آپریشن کرنا پڑے گا میں اب بہت پریشان ہوں۔ میرے اس مسئلے کا حل بھی بتائیں' شکر گزار رہوں گا۔ (میاں عمران، خانپور)

جواب: آپ مندرجہ ذیل نسخہ مستقل کچھ عرصہ استعمال کریں۔ اطریفل' اسطخدوس' خمیرہ ابریشم حکیم ارشد والا۔ اطریفل غددی کسی اچھے دواخانے کی لے کر اور پر لکھی ترکیب کے مطابق استعمال کریں۔ کھٹی ٹھنڈی بادی چیزوں سے مکمل پرہیز کریں۔ چند ماہ ضرور استعمال کریں۔ ہلکی ورزش سے بھی فائدہ ہوگا۔ چارٹ سے غذا نمبر 4,3 مسلسل استعمال کریں۔

جھریاں ہیں

میرا پہلا مسئلہ یہ ہے کہ میری آنکھوں کے نیچے حد سے زیادہ جھریاں اور حلقے ہیں۔ میری عمر اٹھارہ سال ہے اس لیے نہ تو عمر کا مسئلہ ہے جو اتنی زیادہ جھریاں پڑ گئی ہیں۔ براہ مہربانی کوئی ایسا نسخہ تجویز کر دیں کہ یہ جھریاں صاف ہو جائیں اور میرا دوسرا مسئلہ یہ ہے کہ میرے منہ اور ہاتھوں کا رنگ میرے باقی سارے جسم سے بالکل نہیں ملتا یعنی چہرے کا رنگ سانولا ہے اور باقی جسم کا رنگ بہت سفید ہے اور نیند بہت کم آتی ہے سونے کی بہت کوشش کرتی ہوں لیکن کافی دیر بعد نیند آتی ہے۔ براہ مہربانی کوئی مناسب مشورہ دیں، جس سے میرے یہ مسئلے حل ہو جائیں اور میں ذہنی سکون حاصل کر سکوں آپ کی مہربانی ہوگی۔ (نبیلہ، سکھر)

جواب: صبح بادام اور کشمش کھائیں۔ دوپہر، رات کو غذا کے بعد عمدہ انگور کھائیں پانی زیادہ پئیں۔ ہلکی پھلکی ورزش' کھیل کود بھی کریں خالص عمدہ شہد ہر غذا کے بعد ایک چمچی ضرور کھائیں۔ دودھ چاول' اور سرد اشیاء سے پرہیز کریں مگر دھوپ میں نہ جائیں۔ چارٹ سے غذا نمبر 7,6 مکمل پرہیز کے ساتھ استعمال کریں۔

الرجی/نزلہ

میری عمر 30 سال ہے مجھے بچپن ہی سے الرجی یا نزلہ کی شکایت ہے۔ دھول مٹی اور دھوئیں سے میری ناک میں سوزش ہوتی ہے، پھر ناک سے پانی کی طرح ریشہ بہنا شروع ہو جاتا ہے۔ کبھی کبھی رات میں بھی ناک بہنا شروع ہو جاتی ہے۔ جسے صاف کرنے کیلئے ایک رومال بھی ناکافی ہوتا ہے۔ یہ ریشہ ناک سے حلق میں گرتا ہے، جسے بار بار تھوکنا پڑتا ہے۔ میں ریشہ اتنا تھوکتا ہوں کہ پلاسٹک کا شاپر اچھا خاصا بھر جاتا ہے۔ ریشہ تھوکنے کے ساتھ ساتھ میرے سینے سے سیٹی جیسی آوازیں آتی ہیں۔ آہستہ آہستہ سانس لینے میں دشواری محسوس ہوتی ہے اور دم گھٹنے لگتا ہے۔ بادام اور چھوہارے کھانے سے نزلہ تو ٹھیک ہو جاتا ہے لیکن سانس کی تکلیف بڑھ جاتی ہے۔ بیماری کی وجہ سے جسمانی اور ذہنی طور پر بہت کمزور ہو گیا ہوں۔ مہربانی فرما کر ایسا نسخہ بتائیں جس کے باقاعدہ استعمال سے میں مکمل طور پر صحت یاب ہو جاؤں میری سانس کی بیماری دور ہو جائے۔ (رب نواز...... کراچی)

جواب: یہ دمہ کی شکایت ہے۔ کشتہ طلاء کلاں اصلی دو چاول عمدہ اصلی خمیرہ ابریشم حکیم ارشد والا پر ڈال کر صبح کھائیں سوتے وقت لعوق صنوبر اصلی ایک چائے کی چمچی کھائیں۔ اسطخدوس کا جوشاندہ دن میں دو بار پئیں۔ شدید ضرورت پر انہیلر یا کوئی بھی علاج ہمراہ لیتے رہیں۔ وہ تمام پرہیز کریں جو اس سلسلے میں ہم لکھتے ہیں اور غذا بھی ہمارے مشوروں کے مطابق کھائیں۔ اس بات کا یقین رکھیں کہ اگر درست علاج میسر آجائے اور غذائی پرہیز اور سردی سے مکمل بچاؤ رہے تو شفایابی یقینی ہے (ان شاء اللہ)۔ دمہ کوئی مستقل یا لاعلاج مرض نہیں ہے۔ اکثر مریضوں کو تو پرہیز کا ہی پتہ نہیں ہوتا کہ کیا کرنا ہے؟ اکثر کے ذہن میں الرجی جیسا مبہم لفظ ہوتا ہے وہ دھویں، گرد سے بھاگتا رہتا ہے۔ سردی گرمی خشکی تری کے بنیادی فلسفے سے اس کی واقفیت صفر ہوتی ہے تو بچاؤ اور پرہیز کیسا؟ غذا کے معاملے میں چارٹ سے غذا نمبر 3 استعمال کریں۔

عالم کم گو سردمزاج اور خردمند ہوتا ہے۔ ضادق اس میں دوڑتا ہے اور امن میں رہتا ہے۔

بال گرتے ہیں

میری عمر انیس سال ہے تقریباً تین سال سے میرے بال متواتر گر رہے ہیں اور بال اتنے زیادہ پتلے ہو چکے ہیں کہ میں حد سے زیادہ احساس کمتری میں مبتلا ہو چکا ہوں۔ میں نے سر کے بال بالکل منڈوا دیئے تاکہ بال گرنا بند ہو جائیں، لیکن بالکل فرق نہیں پڑا۔ آپ برائے مہربانی میرے بالوں کیلئے ایسی دوائی تجویز کر دیں کہ میرے بال جلدی سے لمبے اور گھنے ہو جائیں۔ میرے بالوں میں کبھی کبھار خشکی بھی بہت ہو جاتی ہے اور بال خراب بھی ہوتے جا رہے ہیں۔ میرے بھائی کی عمر اٹھارہ سال ہے اسے بھی بالوں کا مسئلہ ہے کیا وہ بھی وہی دوائی استعمال کر سکتا ہے جو آپ مجھے تحریر کریں گے۔ میرا دوسرا مسئلہ یہ ہے کہ مجھے معدے کی تکلیف بھی ہے۔ کھانا کھانے کے بعد جلن محسوس ہوتی ہے۔ تلی ہوئی چیز دیکھنے سے بھی دم گھٹتا ہے۔ بھوک لگتی بہت ہے لیکن جب کھانا کھاتا ہوں تو سکون نہیں ملتا۔ صحت پر بھی اثر پڑ رہا ہے۔ کمزور ہوتا جا رہا ہوں۔ معدے کی تکلیف تقریباً ایک سال سے ہے۔ (عبدالقدیر، سعودیہ)

جواب: آپ معدے کے علاج کی طرف توجہ دیں، معدے کے ٹھیک ہونے پر دوبارہ لکھیں، نظام ہضم ٹھیک نہ ہو تو غذا سے غذائیت حاصل نہیں ہوتی۔ جس کی وجہ سے کمزوری ہو کر بال گرنے لگتے ہیں۔ رہی سہی کسر صابن اور شیمپو پوری کر دیتے ہیں۔ عمدہ قسم کے بادام، خالص شہد، زیتون کا تیل یا مکھن خالص اور عمدہ انگور غذا میں شامل رکھیں۔ روغن بادام شیریں خشک بالوں میں مالش کریں بشرطیکہ معدہ ہضم بھی کرے ورنہ پھر پہلے معدہ کا حال ہمیں تفصیل سے لکھیں، مرچ گرم مصالحے کھٹائی وغیرہ سے فی الحال پرہیز رکھیں۔ چارٹ سے غذا نمبر 4,3,2 کو استعمال کریں۔

قبض کی شکایت

سوال: عرض یہ ہے کہ میں بہت پریشان ہوں۔ قطروں کی بیماری ہے۔ کافی عرصہ پہلے شدید قبض ہو گئی تھی میں نے زور لگایا تو خون کے ساتھ ایک رگ (نس) باہر نکل آئی اور کافی تکلیف ہوئی۔ اب بھی اکثر اجابت کے وقت یہ نس باہر نکل آتی ہے، کمر میں بھی کافی درد رہتا ہے اور جسم کے تمام جوڑوں میں درد ہوتا ہے۔ شرمندگی کی وجہ سے کسی ڈاکٹر کو دکھا نہیں سکتا اور ڈر بھی لگتا ہے کہ کہیں کسی غلط آدمی کے ہاتھ نہ لگ جاؤں۔ براہ مہربانی میری پریشانی کا کوئی حل نکالیں شکریہ۔ (دانیال خان، کراچی)

جواب: حب مقل غذا سے آدھا گھنٹہ پہلے ایک ایک گولی پانی سے کھائیں۔ قبض نہ رہنے دیں۔ گائے کا گوشت نہ کھائیں۔ کوئی اچھی سی ٹیوب کسی میڈیکل سٹور سے لے لیں حسب ترکیب وہ بھی استعمال کریں یعنی اجابت کے بعد لگائیں۔ قبض نہ رہنے دیں، روزانہ پانی پئیں اور پپیتہ خوب کھائیں۔ اگر کوئی ممانعت کا سبب نہ ہو تو خالص عمدہ مکھن رور ناشتہ میں کھائیں۔ گرم چیزوں سے مکمل پرہیز کریں۔ چارٹ سے غذا نمبر 7,6,5 کو مکمل پرہیز سے استعمال کریں۔

مریضوں کی منتخب غذاؤں کا چارٹ

غذا نمبر 1	غذا نمبر 2
مٹر، لوبیا، ارہر، موٹھ، ہرا چھولیا، کچنار، سبز مرچ، کوئی ترشی باجرے کی روٹی، بوڑھ کی داڑھی یا انجبار کا قہوہ، اچار لیموں، مربہ آملہ، مربہ ہریڑ، مربہ بہی، مونگ پھلی، شربت انجبار، سکنجبین، جامن، فالسہ، انار ترش، آلوچہ، آڑو، آلو بخارا، چکوترا، ترش پھلوں کا رس	انڈے کی زردی، بڑا گوشت، مچھلی بیسن والی، چنے، کریلے، ٹماٹر، حلیم، بڑا قیمہ اور اس کے کباب، پیاز، کڑہی، بیسن کی روٹی، دار چینی، لونگ کا قہوہ، سرخ مرچ، چھوہارے، پستہ، بھنے ہوئے چنے، جاپانی پھل، ناریل خشک، مویز (منقیٰ)، بیسن کا حلوہ، عناب کا قہوہ

غذا نمبر 3	غذا نمبر 4
بکری یا مرغی کا گوشت، پرندوں کا گوشت، میتھی، پالک، ساگ، بینگن، پکوڑے، انڈے کا آملیٹ، دال مسور، ٹماٹو کیچپ، مچھلی شوربہ والی، روغن زیتون کا پراٹھا میتھی والا، لہسن، اچار ڈیلے، چائے، پشاوری قہوہ، قہوہ اجوائن، قہوہ تیز پات، کلونجی، کھجور، خوبانی خشک۔	دال مونگ، شلجم پیلے، مونگرے، چھوٹا مغز اور پائے، نمکین دلیہ، آم کا اچار، جو کے ستو، کالی مرچ، مربہ آم، مربہ ادرک، حریرہ بادام، حلوہ بادام، قہوہ، ادرک شہد والا، قہوہ سونف، پودینہ، قہوہ زیرہ سفید، زیرے کی چائے، اونٹنی کا دودھ، دیسی گھی، پپیتہ، کھجور تازہ، خربوزہ، شہتوت، کشمش، انگور، آم شیریں، گلقند دودھ، عرق سونف، عرق زیرہ، مغز اخروٹ

غذا نمبر 5	غذا نمبر 6
کدو، ٹینڈے، حلوہ کدو، گاجر، گھیا توری، شلجم سفید، دودھ میٹھا، امرود، گرما، سردا، خربوزہ پھیکا، مربہ گاجر، حلوہ گاجر، انار شیریں، انار کا جوس، خمیرہ گاؤزبان، عرق گاؤزبان، انجیر، قہوہ گل سرخ، بالائی، حلوہ سوجی، دودھ سویاں، میٹھا دلیہ، بند، رس، ڈبل روٹی، دودھ جلیبی بسکٹ، کسٹرڈ، جیلی، برفی، کھویا، گنڈیریاں، گنے کا رس، تربوز، شربت بزوری، شربت بنفشہ	کدو، کھیرا، شلجم سفید، ککڑی، سیاہ ماش کی دال، پیٹھا، کھچڑی، ساگودانہ، فرنی، گاجر کی کھیر، گجریلہ، چاول کی کھیر، پیٹھے کی مٹھائی، لوکاٹھ، کچی لسی، سیون اپ، دودھ، مکھن، میٹھی لسی، الائچی بھی دانہ والا ٹھنڈا دودھ، مالٹا، مسمی، میٹھا، لیچی، کیلا، کیلے کا ملک شیک، آئس کریم، فالودہ، فروٹر، شربت صندل، عرق کاسنی، شریفہ۔

غذا نمبر 7	غذا نمبر 8
اروی، بھنڈی، آلو، ثابت ماش، کیلے کا سالن، انڈے کی سفیدی، پھلی دار سبزیاں، سلاد کے پتے، لسوڑھے کا اچار، بگو گوشہ، ناشپاتی، تازہ سنگھاڑے، شکر قندی، ناریل تازہ، قہوہ بڑی الائچی، شربت گوند، گوند کتیرا اور بالنگو، سیب	آلو گوبھی، خرفہ کا ساگ، کدو کا رائتہ، بند گوبھی اور اس کی سلاد، دہی بھلے، آلو چھولے، مکئی کی روٹی، مٹر پلاؤ، چنے پلاؤ، مربہ سیب، مربہ بہی، خمیرہ مروارید، سبز بیر، بھنے ہوئے آلو، سنگترہ، انناس، رس بھری

شیر اور گیدڑ کا مقدمہ' بندر کا انصاف
بچوں کا صفحہ

ہرنی کا فیصلہ سن کر گیدڑ نے غصے سے کہا۔ "چلو اب دوسرے منصف کو ڈھونڈتے ہیں۔" یہ کہہ کر دونوں نے دوسرے جانور کو ڈھونڈنا شروع کر دیا جو ان کو انصاف دلا سکے۔ جہاں انہیں ایک لگڑ بگڑ نظر آیا اور انہوں نے اسے سارا ماجرا سنا دیا۔ (عبدالقادر قاسم)

بہت عرصے قبل ایک شیر اور گیدڑ میں گہری دوستی تھی اور وہ دونوں ایک دوسرے کو حیران کرنے کی کوشش کرتے رہتے تھے۔

ایک دن شیر نے ایک موٹی تازی بکری کو زندہ پکڑا اور اپنے دوست گیدڑ پر رعب جھاڑنے کے لیے جلدی جلدی اس کی بھٹ پر آیا لیکن جب وہ وہاں پہنچا تو حیرت سے اس کی آنکھیں کھلی رہ گئیں کیونکہ گیدڑ اس سے پہلے ہی ایک گائے کو پکڑے بیٹھا تھا۔ "ایک گیدڑ شیر سے اچھا شکار کیسے کر سکتا تھا؟" شیر نے غصے میں سوچا اور خاموشی سے بکری کو باہر گائے کے ساتھ باندھ کر سونے کے لیے چلا گیا کیونکہ رات کافی ہو چکی تھی لیکن وہ ساری رات جاگتا رہا کیونکہ اسے حسد ہو رہا تھا کہ آخر گیدڑ نے گائے کو پکڑا کیسے۔ آخر کار اس سے رہا نہیں گیا تو سورج نکلنے سے پہلے ہی باہر نکل کر گائے کے پاس پہنچ گیا لیکن وہاں گائے کے ساتھ ایک بچھڑا بھی کھڑا تھا جسے رات میں ہی گائے نے جنم دیا تھا۔ بچھڑے کو دیکھتے ہی شیر کے ذہن میں ایک خیال آیا اور اس نے خود سے کہا "میرے دوست کو دونوں کی ضرورت نہیں ہے۔" یہ کہہ کر وہ بچھڑے کو بکری کے پاس لے گیا اور اسے اس کا دودھ پلانا شروع کر دیا اور صبح ہوتے ہی وہ چلاتا ہوا گیدڑ کے پاس گیا اور اس سے کہا "جلدی چلو میرے ساتھ...... میری بکری نے رات میں بچھڑے کو جنم دیا ہے۔" گیدڑ نے جب جا کر دیکھا تو بچھڑا بکری کا دودھ پی رہا تھا۔ یہ دیکھ کر اس نے نفی میں سر ہلاتے ہوئے کہا: "ناممکن" ایک بکری کے یہاں گائے کا بچہ نہیں ہو سکتا۔ صرف گائے ہی بچھڑے کو پیدا کر سکتی ہے۔ یہ بچھڑا میرا ہے۔"

یہ بات سن کر شیر نے غراتے ہوئے کہا پاگل مت بنو۔ ثبوت تمہارے سامنے ہے۔ یہ دونوں ایک ساتھ کھڑے ہیں اور یہ بچھڑا میرا ہے۔" "نہیں میں اس ثبوت کو نہیں مانتا۔" گیدڑ نے غصے سے جواب دیا اور پھر دونوں آپس میں لڑنے لگ گئے۔ اچانک شیر نے کہا "ہم دونوں کسی کو منصف بنا کر اس بات کا فیصلہ کروالیتے ہیں کہ یہ بچھڑا کس کا ہے؟ ٹھیک ہے لیکن میں تین لوگوں سے فیصلہ لوں گا۔ گیدڑ نے جواب دیا۔ شیر اس پر راضی ہو گیا اور وہ دونوں تین عقل مند جانوروں کو تلاش کرنے لگے جو ان کا فیصلہ کر سکیں۔ چلتے چلتے وہ ہرنوں کے ریوڑ کے پاس پہنچے جو درخت کے پتے کھا رہے تھے۔

کیا تمہارے ریوڑ میں کوئی عقل مند ہے؟" شیر نے ان کے قریب جا کر کہا۔ اس کی بات سن کر ایک بوڑھی ہرنی آگے بڑھی اور کہا اپنے ریوڑ کے جھگڑوں کا فیصلہ میں کرتی ہوں، بولو کیا کام ہے؟ ہم ایک مسئلے کو حل کرانا چاہتے ہیں" یہ کہہ کر دونوں نے کہانی سنانی شروع کر دی۔ اب ان کی کہانی سن کر ہرنی سوچ میں پڑ گئی کیونکہ وہ اچھی طرح جانتی تھی کہ بکری بچھڑے کو پیدا نہیں کر سکتی لیکن وہ یہ بھی جانتی تھی کہ شیر بہت خطرناک جانور ہے۔ اسی لیے اس نے شیر کی طرف دیکھتے ہوئے کہا۔ " یہ بات سچ ہے کہ ہماری جوانی میں بکری بچھڑے کو جنم نہیں دے سکتی تھی اور یہ کام صرف گائے ہی کر سکتی تھی تاہم اب زمانہ بدل گیا ہے اور بکری بچھڑے کو جنم دے سکتی ہے اور میرا فیصلہ یہی ہے کہ یہ بچھڑا شیر کا ہے۔"

"کیا..... یہ نہیں ہو سکتا" ہرنی کا فیصلہ سن کر گیدڑ نے غصے سے کہا۔ "چلو اب دوسرے منصف کو ڈھونڈتے ہیں۔" یہ کہہ کر دونوں نے دوسرے جانور کو ڈھونڈنا شروع کر دیا جو ان کو انصاف دلا سکے۔ چلتے چلتے وہ چٹانوں کی طرف پہنچ گئے، جہاں انہیں ایک لگڑ بگڑ نظر آیا اور انہوں نے اسے سارا ماجرا سنا دیا۔ ان کی بات سن کر لگڑ بگڑ نے شیر کی طرف دیکھا۔ اسے یاد تھا کہ شیر اس کے بہت سارے دوستوں کو کھا چکا ہے، اس لیے اس نے اپنا گلا صاف کرتے ہوئے کہا: "سنو معمولی بکری ہی بکری کے بچے پیدا کر سکتی ہے لیکن غیر معمولی نسل کی بکری سب کچھ کر سکتی ہے اور یقیناً شیر کی بکری بہت غیر معمولی ہے اور اسی وجہ سے یہ بچھڑا بھی شیر ہی کا ہے۔"

"تم پاگل ہو گئے ہو کیا؟" گیدڑ نے غراتے ہوئے لگڑ بگڑ کو جواب دیا اور شیر سے کہا "چلو اب ہمیں تیسرے انصاف کیلئے منصف کو تلاش کرنا ہے۔" چلتے چلتے وہ ایک چٹان کے قریب پہنچے جہاں ایک بوڑھا بندر لیٹا ہوا تھا۔

"معاف کیجئے گا" شیر نے بندر کا کندھا ہلاتے ہوئے کہا "کیا آپ ہمارے جھگڑے کا منصفانہ فیصلہ کر سکتے ہیں؟" یہ بات سن کر بندر نے باری باری دونوں کی بات سنی۔ ان کی بات ختم ہونے کے بعد بندر نے چٹان پر ادھر ادھر کچھ دیکھنا شروع کر دیا جیسے کچھ تلاش کر رہا ہو۔ "کیا تم کھانے کے لیے کچھ ڈھونڈ رہے ہو؟" شیر نے دھاڑتے ہوئے کہا "ہمیں جلدی فیصلہ سناؤ مجھے بہت بھوک لگ رہی ہے اور میں گھر جا کر اپنے بچھڑے کو کھانا چاہتا ہوں" صبر کرو ابھی میں بہت مصروف ہوں" بندر نے جواب دیتے ہوئے کہا اور پتھر اٹھا لیا۔ "مصروف؟" شیر نے غراتے ہوئے پوچھا "کیا کر رہے ہو؟" "ساز بجا رہا ہوں میں ہمیشہ فیصلہ کرنے سے قبل تھوڑا سا ساز بجاتا ہوں" "کیا؟" شیر نے چلاتے ہوئے کہا "تم ہمیں بیوقوف بنا رہے ہو، تمہارے ہاتھ میں پتھر ہے اور سب جانتے ہیں کہ پتھر سے موسیقی کی آواز نہیں نکل سکتی۔"

یہ بات سن کر بندر نے پتھر کو ایک طرف رکھا اور کہا "اگر ایک بکری بچھڑے کو پیدا کر سکتی ہے تو پھر پتھر سے بھی موسیقی کی آواز آسکتی ہے اور تم نے سنا؟ کتنی سریلی موسیقی ہے" یہ سن کر شیر ساری بات کو سمجھ گیا اور اس نے غراتے ہوئے کہا "ہاں یہ آواز تو بہت خوبصورت ہے"۔ اس کی بات سن کر ارد گرد جمع ہونے والے سارے جانور بندر کی عقل مندی اور جرأت کے قائل ہو گئے اور انہوں نے چلاتے ہوئے کہا "بندر اس جھگڑے کا فیصلہ کر چکا ہے کہ صرف گائے ہی بچھڑے کو جنم دے سکتی ہے اور اس پر گیدڑ کا حق ہے۔"

اب تمام جانوروں نے شیر کو لعن طعن شروع کر دی کہ وہ اپنے دوست کو دھوکا دے رہا تھا۔ یہ ماجرا دیکھ کر شیر نے شرم سے سر جھکا لیا اور واپس جا کر گیدڑ کو گائے کا بچہ واپس کر دیا۔

حضرت ضحاک بن سفیانؓ کا روشن کردار (محمد عبداللہ)

مکہ معظمہ کی فتح کے بعد نبی کریم ﷺ حنین کی طرف روانہ ہوئے، ایسے میں بنو کلاب کے مجاہدین کی ایک جماعت آپ ﷺ کی خدمت میں حاضر ہوئی۔ انہوں نے عرض کیا: "ہم بھی آپ ﷺ کے ساتھ بنو ہوازن کے خلاف لڑیں گے، ہمیں بھی جہاد کی اجازت دیجئے۔" نبی کریم ﷺ ان جفاکش بدویوں کا جذبہ دیکھ کر بہت خوش ہوئے آپ ﷺ نے دریافت فرمایا: "تمہاری جماعت میں کل کتنے آدمی ہیں۔" جواب میں انہوں نے کہا: "اے اللہ کے رسول ﷺ ہم نو سو ہیں۔" یہ سن کر آپ ﷺ نے ارشاد فرمایا: "اگر تم پسند کرو تو میں تمہیں ایک ایسا شہسوار دیتا ہوں جو تمہاری تعداد کو ایک ہزار کے برابر کر دے اور تمہاری قیادت بھی کرے۔" آپ کا مطلب یہ تھا کہ یہ وہ شہسوار ایک سو آدمیوں کے برابر ہوگا۔

(بقیہ: صفحہ نمبر 36 پر)

سردی کا موسم اور علاج بالغذا و دوا

میتھروں کا جوشاندہ سردیوں میں بہترین ٹانک ہے اور سردی کے اثرات سے بچاتا ہے۔ شہد اور پانی کو ملا کر پکا کر پینے سے انسان سردی کے اثرات سے محفوظ رہ سکتا ہے۔ بچوں کو سوتے وقت شہد دینا ان کو نمونیا وغیرہ سے دور رکھتا ہے۔ (ڈاکٹر خالد محمود جنجوعہ)

موسم کی تبدیلی کے منفی اثرات کو زائل کرنے کیلئے انسانی جسم میں معدنی مرکبات کی کمی نہیں ہونی چاہیے۔ جس میں سیلنیم، کاپر، زنک، میگانیز سرفہرست ہیں۔ وٹامنز میں وٹامن ای۔ اے اور وٹامن سی موسمی تبدیلی کے منفی اثرات کو ختم کرنے میں اہم کردار ادا کرتے ہیں۔ آیئے دیکھیئے خوراک میں کونسی ایسی چیزیں ہیں جن میں مندرجہ بالا معدنیات اور وٹامنز شامل ہیں۔

سیلنیم	لہسن	کاپر	چنے
زنک	مٹر، مچھلی، دودھ	وٹامن ای	تل
وٹامن اے	گاجر	وٹامن سی	مالٹا، کینو، گریپ فروٹ

خدا تعالیٰ کی شان دیکھئے کہ یہ تمام اشیاء سردیوں میں وافر مقدار میں میسر آتی ہیں۔ اگر پرانی روایات کو دیکھا جائے تو اس خطہ میں سردیوں کی آمد کے ساتھ ساتھ چکنائی کا استعمال بڑھ جاتا تھا۔ لوگوں میں مختلف اقسام کے حلوے جس میں دال کا حلوہ، سوہن حلوہ، ماش کی دال کا حلوہ، انڈوں کا حلوہ، گاجر کا حلوہ، مغزیات والا گڑ، مونگ پھلی، اخروٹ، بادام، شہد، چلغوزہ وغیرہ کا استعمال بھی بڑھ جاتا تھا۔ اگر طبی نقطہ نظر سے دیکھا جائے تو مونگ پھلی میں لحمیات کی ایک بڑی مقدار موجود ہے۔ جو انسانی جسم کے اندر نائیٹروجن کے توازن کو برقرار رکھ سکتی ہے۔ مغزیات مختلف معدنیات کا ذخیرہ ہیں۔ جیسے کہ تل کے ایک سو گرام میں تقریباً 1.5 گرام کے قریب کیلشیم پایا جاتا ہے۔ یہ معدنیات آئنز کے توازن کو برقرار رکھنے میں قابل ذکر کردار سرانجام دیتی ہیں۔ جسم کے درجہ حرارت کو قائم رکھنے کیلئے قدرت نے جسم میں ایسے عوامل پیدا کیے ہیں جو ماحول کی مطابقت کے مطابق جسم کو درجہ حرارت مہیا کرتے ہیں۔ لہٰذا سردیوں میں سردی کی وجہ سے نظام انہضام کے ساتھ دوسرے نظاموں میں بھی تیزی آجاتی ہے کیونکہ جسم کا درجہ حرارت قائم رکھنے کیلئے زیادہ توانائی کی ضرورت ہوتی ہے اور جسمانی درجہ حرارت کو قائم رکھنے کے لیے خوراک ہی ایک ایسا عنصر ہے جو اہم کردار ادا کرتا ہے۔

انسانی لباس بھی جسم کو گرم رکھنے میں یعنی جسمانی حرارت کو زائل ہونے میں کمی کرتا ہے۔ لہٰذا سردیوں میں گرم (اون) اور موٹے سوتی کپڑوں کا استعمال بڑھ جاتا ہے۔ گھروں کو گرم رکھا جاتا ہے لیکن بدقسمتی سے ہمارے لوگ خوراک کے بارے میں زیادہ باشعور نہیں ہیں۔ لہٰذا اس غفلت کی وجہ سے سردیوں میں نزلہ، فلو، زکام، کھانسی، نمونیا، جسمانی خشکی، ہاتھ پاؤں کا پھٹ جانا اور سوزش کا ظاہر ہونا۔ دردوں کے امراض کا بڑھ جانا شامل ہے۔ آیئے ہم دیکھتے ہیں کہ ان تمام امراض کی کیا وجوہات ہے۔ انسان اس وقت کسی مرض میں مبتلا ہوتا ہے جب اس کا قوت مدافعت کا نظام کمزور ہو جاتا ہے۔ جس کے ساتھ ساتھ جسمانی طور پر تیزابی اساسی توازن بگڑ جاتا ہے اور آئنز کا توازن برقرار نہیں رہتا۔

سردیوں میں خاص کر خواتین میں فولاد کی کمی واقع ہو جاتی ہے جس کیلئے شربت فولاد کا استعمال ضروری ہے کیونکہ یہ جسم میں حرارت (Thermogenesis) پیدا کرنے میں کافی اہم کردار ادا کرتا ہے۔ سردیوں کے موسم میں وٹامن سی کے ساتھ شربت فولاد ایک دوسرے کی افادیت کو دوگنا کر دیتے ہیں۔

انسانی جسم میں زنک کی کمی کی وجہ سے جلد پر خشکی کے آثار نمایاں ہو جاتے ہیں اور نزلہ و زکام بھی زنک کی کمی کی طرف اشارہ کرتا ہے اور اس کے علاوہ انسانی جسم کا قوت مدافعت کا انحصار بھی زیادہ تر زنک پر ہی ہے۔

جڑی بوٹیوں پر مبنی چائے اور جوشاندے:

روس میں سائیبریا کی شدید سردی میں ایک خاص بوٹی کا جوشاندہ جس کو ایلیوتھرو کوکس ٹی کوسس (Eleutherococcus senticosus) کہتے ہیں جس کو روسی جن سنگ کے نام سے منسوب کرتے ہیں۔ فیکٹری ورکروں کو پلایا جاتا ہے جس سے وہ سردیوں کے موسم میں بھی بآسانی اپنا کام سرانجام دے سکتے ہیں اور فیکٹری ورکروں کی تعداد سردیوں میں کم نہیں ہوتی۔ ورنہ اس کے بغیر تقریباً 80 فیصد لیبر سردیوں میں کسی نہ کسی مرض میں مبتلا ہو کر چھٹی لینے پر مجبور ہو جاتی تھی۔ جن سنگ کے جوشاندے سرد ممالک میں چائے کے طور پر پیے جاتے ہیں۔ جس کو جن سنگ ٹی کی شکل میں بھی مارکیٹ میں پیش کیا جا چکا ہے۔ ہمارے ہاں استعمال ہونے والی چائے بھی اسی وجہ سے مقبول ہوئی کہ یہ وقتی طور پر انسان کے جسمانی نظاموں کو تیز کر دیتی ہے اور محرک کے طور پر کام کرتی ہے۔ میتھروں کا جوشاندہ سردیوں میں بہترین ٹانک ہے اور سردی کے اثرات سے بچاتا ہے۔ شہد اور پانی کو ملا کر پکا کر پینے سے انسان سردی کے اثرات سے محفوظ رہ سکتا ہے۔ بچوں کو سوتے وقت شہد دینا ان کو نمونیا وغیرہ سے دور رکھتا ہے۔ کھجوروں کا سردیوں میں استعمال سردی کے منفی اثرات کو کم کرنے میں کافی مدد دیتا ہے۔ بادیاں خطائی والی چائے کشمیری قبیلوں میں سردیوں میں بڑے شوق سے پی جاتی ہے اور عبقری کا بنفشی قہوہ بہترین ٹانک ہے جو صدیوں سے آزمودہ قدرتی جڑی بوٹیوں سے تیار کیا جاتا ہے۔ فلو، نزلہ اور زکام کا بہترین علاج بھی ہے اور اس سے بچاؤ کا ذریعہ بھی، سردیوں میں صبح و شام اس کا استعمال فلو، نزلہ اور زکام سے محفوظ رکھتا ہے۔ سردیوں کے موسم میں بدن پر خشکی ظاہر ہونا شروع ہو جاتی ہے۔ گلیسرین اور عرق گلاب خالص کا آمیزہ جسم پر مالش کرنے سے خشکی ختم ہو جاتی ہے۔ اگر روغن خشخاش کا استعمال کر لیا جائے تو یہ نہایت مفید ہے اور نمی قائم رکھنے والی بازار میں بکنے والی قیمتی کریم (Moisturing Cream) سے ہزار درجہ بہتر اور سستا ہے۔ ویزلین، جست، او کسائیڈ اور روغن خشخاش کا مرکب جلد کیلئے بیحد مفید ہے۔

سردیوں میں مونگ پھلی کا استعمال انسانی جسم میں نائٹروجن اور لحمیات کی کمی کو پورا کرتی ہے اور یہ وہ خوراک ہے جو امریکہ کے صدر سے لے کر پاکستان میں جھونپڑی میں رہنے والا انسان بھی استعمال کرتا ہے اور بہترین لحمیات کا خزانہ ہے۔ عام طور پر لوگوں میں یہ شکایت ہوتی ہے کہ مونگ پھلی کھانے سے بلغم ہو جاتی ہے۔ اچھی بھونی ہوئی مونگ پھلی بلغم پیدا نہیں کرتی۔ اس کے ساتھ گڑ کا استعمال ضرور کریں۔

ہاتھوں کی صفائی کیلئے

یوں تو بازار میں بہت اقسام کے ہینڈ لوشن دستیاب ہیں۔ مگر مہنگے ہوتے ہیں ہر کوئی افورڈ نہیں کر سکتا۔ ہاتھوں کا میل کچیل صاف کرنے کیلئے کوکنگ آئل ایک چائے کا چمچ، پسی ہوئی چینی 1/2 چائے کا چمچ، ہاتھوں پر ملیں۔ تقریباً پانچ منٹ تک ایسا کریں پھر دھولیں۔ ہاتھ صاف ہو جائیں گے۔ اچھے ہینڈ لوشن جیسا کام کرتا ہے۔ (اللہ دتہ چشتی نظامی، خانیوال)

میں نیم بے ہوش ہوگئی

لیڈی ڈاکٹر فرحت عزیز

اس نسخے کے استعمال سے جسم میں پانی کی کمی پوری ہوگی۔ طبیعت بحال ہوگی، جسم میں طاقت آئے گی۔ قے بالکل بند ہو جائے گی، دل کی گھبراہٹ ختم ہوگی، دھڑکن معمول پر آئے گی اور کبھی یہ تکلیف نہیں ہوگی۔

آپ بھی اپنے مشاہدات لکھیں صدقہ جاریہ ہے بے ربط ہی کیوں نہ ہوں تحریر ہم سنوار لیں گے۔ (ادارہ)

مجھے دوران حمل قے، بے چینی بہت شدید، ہیضے کی طرح، بار بار ابکائیاں آتی تھیں۔ دل بیٹھ جاتا تھا۔ کھڑے ہونے کی سکت نہیں رہتی تھی۔ ڈرپ لگوائی اور کئی دن ہسپتال داخل رہی لیکن کوئی فائدہ نہیں ہوا۔ مزید ٹوٹکے استعمال کیے، ڈاکٹری دوائیں بھی بہت استعمال کیں۔ منہ میں پانی بہت آتا تھا۔ میری ایک دوست جو کہ انڈیا کے ایک حکیم کی بیٹی تھی۔ اس کے چچا کنگ ایڈورڈ کے پرنسپل تھے اس نے یہ نسخہ بتایا: اسپغول ثابت ایک کھانے کا چمچ، زرمشک کے 11 دانے ململ کے کپڑے میں باندھ لیں۔ ایک پیالی عرق گاؤزبان لیں اور اس میں ململ کے کپڑے میں بندھا ہوا اسپغول اور زرمشک ڈال کر ٹھنڈی جگہ پر رکھیں۔ اس کا لعاب نکلے گا۔ اس لعاب کو چاٹنا ہے۔ دن میں 8-10 بار۔ جیسے جیسے طبیعت درست ہو اوقات میں کمی کرتے جائیں، جب پوٹلی ختم ہو جائے دوبارہ بنالیں۔ اس نسخے کے استعمال سے جسم میں پانی کی کمی پوری ہو گی۔ طبیعت بحال ہوگی، جسم میں طاقت آئے گی۔ قے بالکل بند ہو جائے گی، دل کی گھبراہٹ ختم ہوگی، دھڑکن معمول پر آئے گی اور کبھی یہ تکلیف نہیں ہوگی۔ میں نے بتائے ہوئے طریقے کے مطابق اس نسخہ کو استعمال کیا۔ رزلٹ سو فیصد ہے۔ اس کے بعد دوبارہ دو بار حمل ہوا لیکن یہ تکلیف پھر نہیں ہوئی۔ اگر کسی کو ہو تو یہ نسخہ استعمال کریں۔ یہ بچوں کے ہیضے، ڈائریا اور فوڈ پوائزننگ کا بے مثال نسخہ ہے۔ اس کے علاوہ یہ نسخہ دل کی عمومی گھبراہٹ، ہائی بلڈ پریشر یا جن کا بلڈ پریشر کنٹرول نہ ہوتا ہو، ٹینشن، ڈپریشن اور بے چینی کا بہترین آزمودہ علاج ہے۔ ایسے لوگ جن کے معدے میں تیزابیت، جلن اور السر ہو، حتیٰ کہ معدے اور آنتوں کے زخم تک کے لیے لاجواب ہے، یہی نسخہ ہیپاٹائٹس یعنی کالے یرقان کی ہر قسم کے لیے اکسیر ہے۔ کینسر کے مریض کو بعض دفعہ قے نہیں رکتی اس کو بہت فائدہ مند ثابت ہوتا ہے۔ موسم گرما اور سرما میں بھی مفید ہے، ایسے اوقات جب لو چل رہی ہو اور پیاس کی حدت اور شدت میں کمی نہ آ رہی ہو، اس وقت یہ پرسکون مشروب سے کم نہیں۔ واضح رہے کہ یہ نسخہ میں نے اس وقت استعمال کیا تھا جب میرے جسم کی طاقت ختم ہوگئی تھی اشاروں سے بات کرنے لگی اور جسم نڈھال ہوگیا تھا، لیکن اس نسخہ سے یہ معاملہ درست ہو گئے۔

سو چھینکیں آتی تھیں

صبح اٹھتے ہی چھینکیں تقریباً سو کے قریب آتی تھیں اور ہر اگلی چھینک زوردار کہ میری پسلیاں ہل جاتی تھیں۔ آنکھیں سرخ، سر میں سخت درد، ناک سے بے تحاشا پانی آتا تھا، منہ سے زبردست لعاب، ناک مسلسل بہتا تھا، سانس نہیں آتا تھا۔ بالکل دمے والی کیفیت ہوتی تھی۔ دس پندرہ منٹ یہ کیفیت ہوتی تھی۔ ایسا لگتا تھا کہ شاید کئی سالوں کی مریضہ ہوں۔ آخر کار مجھے کلینک میں کسی نے بتایا یہ والا نسخہ استعمال کریں۔ ھوالشافی: اسطخدوس، مغز بادام، سفید مرچ ہم وزن لیں اور ان کو باریک کر کے یک جان کرلیں اور رات کو سوتے وقت ایک چمچ ٹی سپون گرم دودھ کے ہمراہ لیں۔ واضح رہے کہ کھانا 3 گھنٹے سونے سے پہلے کھالیں۔ اس وقت پیٹ بھرا ہوا نہ ہو۔ جب میں نے یہ لیا تو آدھے سر کا درد ختم ہوگیا۔ چھینکیں، پانی، الرجی بالکل ختم ہوگئی حالانکہ ناک کی ہڈی بڑھی ہوئی ہے اور اس کا علاج بظاہر آپریشن ہے لیکن آج پورے 10 سال ہو گئے ہیں مجھے پھر یہ تکلیف نہیں ہوئی ہے۔

یہ نسخہ بے شمار لوگوں کو دیا اور سب کو فائدہ ہوا۔ امریکہ بھائی کو بتایا، پاکستان میں ڈاکٹروں نے کہا کہ شاید یہ نشہ کرتا ہے حالانکہ اس کو الرجی تھی کہ جیسے ہی موسم بدلا نزلہ، زکام چھینکیں شروع ہوجاتی تھیں۔ یہ نسخہ دماغی کمزوری، دماغی خشکی، الرجی، چھینکیں، سوزش کے لیے آزمودہ ہے۔ میرے کلینک کے دوران لمحوں میں یہ چھینکوں کا طوفان شروع ہوجاتا تھا حتیٰ کہ ایسے محسوس ہوتا تھا شاید دمہ شروع ہوگیا ہے۔ پانی اتنا خراش دار ہوتا تھا کہ جہاں لگتا تھا حلق جل جاتا تھا۔

قہوہ: سبز پودینہ کے پتے، سبز الائچی، سونف کے دانے، بادیاں خطائی کے پھول، اسطخدوس، ان تمام کو ہم وزن کوٹ پیس کر سفوف بنا کر چائے کی پتی کی طرح محفوظ کر کے رکھ لیں۔

(بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

ماہانہ روحانی محفل

ناممکن روحانی مشکلات اور لاعلاج جسمانی بیماریوں سے نجات

14 نومبر 2008ء بروز جمعہ کو بوقت عصر کی نماز کے فوراً بعد اپنی جگہ سے حرکت نہ کریں **یَا اَللّٰہُ، یَا رَحْمٰنُ، یَا رَحِیْمُ، یَا عَزِیْزُ، یَا وَدُوْدُ** غروب آفتاب تک نہایت بھکاری بن کر پڑھیں اور جب موذن مغرب کی اذان شروع کرے اس وقت 5 منٹ سجدے میں بھکاری بن کر اپنے مقاصد کے لیے دعا کریں۔ خلوص دل، درد دل، توجہ اور اس یقین کے ساتھ کہ میرا رب میری فریاد سن رہا ہے اور سو فی صد قبول کر رہا ہے۔ پانی کا گلاس سامنے رکھیں اور تصور کے ساتھ پڑھیں کہ آسمان سے ہلکی پیلی روشنی آپ کے دل پر ہلکی بارش کی طرح برس رہی ہے اور دل کو سکون چین نصیب ہو رہا ہے اور مشکلات فوری حل ہو رہی ہیں۔ وقت مکمل ہونے کے بعد دل و جان سے پوری امت، عالم اسلام، اپنے لیے اور اپنے عزیز و اقارب کے لیے دعا کریں۔ پورے یقین کے ساتھ دعا کریں۔ ہر جائز دعا قبول کرنا اللہ تعالیٰ کے ذمے ہے۔ دعا کے بعد پانی پر تین بار دم کر کے پانی خود پئیں۔ گھر والوں کو بھی پلا سکتے ہیں۔ انشاء اللہ آپ کی تمام جائز مرادیں ضرور پوری ہوں گی۔

(نوٹ:) خواتین ناپاکی کے ایام میں بغیر مصلے کے بھی باوضو ہو کر روحانی محفل میں شرکت کر سکتی ہیں۔ اگر اسی وقت یہ وظیفہ روزانہ کر لیں تو اجازت ہے مستقل بھی کرنا چاہیں تو معمول بنا سکتے ہیں۔ ہر مہینے کا ورد مختلف ہوتا ہے اور خاص وقت کے تعین کے ساتھ ہوتا ہے۔ بے شمار لوگوں کی مرادیں پوری ہوئیں۔ ناممکن، ممکن ہوئیں۔ پھر لوگوں نے اپنی مرادیں پوری ہونے پر خطوط لکھے آپ بھی مراد پوری ہونے پر خط ضرور لکھیں۔

روحانی محفل سے گھریلو الجھنوں کا خاتمہ

نااتفاقی/رشتوں کی بندش

محترم حکیم صاحب: اسلام علیکم کے بعد عرض ہے کہ آپ کے حکم کے مطابق اپنی زندگی میں روحانی محفل سے آنے والی تبدیلیوں کے متعلق لکھ رہی ہوں شاید میرے یہ الفاظ کسی کی زندگی میں کام آجائیں۔ ہمارا حکیم صاحب سے پچھلے چار سال سے تعلق ہے۔ ایک دن میری ایک دوست مجھے سے ملنے آئی اور میں نے اپنی پریشانیوں کا حال اس کو سنایا اور وہ خود پریشان ہوگئی۔ اچانک اس نے میری توجہ ماہنامہ عبقری کی طرف دلائی جس کی کچھ دن پہلے میں نے سالانہ ممبر شپ لی تھی۔ میں نے کچھ ماہ روحانی محفل

(بقیہ صفحہ نمبر 28 پر)

انمول خزانہ اور درود شریف کی برکات

وسط جولائی 2005ء میری تمام مشکلات اور پریشانیاں ختم ہوگئی تھیں۔ آپ کے بتائے ہوئے وظائف پڑھنے سے مشکلات راحت میں بدل گئیں سکونِ قلب بھی نصیب ہوا (جو بڑی نعمت ہے) ساتھ ہی مال وزر بھی ہاتھ آیا۔ (شفیق الرحمٰن۔ علی پور)

2002ء تا 2005ء مجھے کچھ ایسی مشکلات و پریشانیاں پیش آئیں کہ مجھے سمجھ نہیں آرہا تھا کہ کیا کیا جائے؟ ان مشکلات اور پریشانیوں سے جان کیسے چھڑوائی جائے؟ میرے ہاتھ جو بھی وظائف آئے میں نے وہ کیے، لیکن کام بنتا دور دور تک دکھائی نہیں دے رہا تھا۔ ایک دن نماز عصر مسجد میں پڑھنے کے بعد قرآن پاک کی تلاوت کیلئے الماری کھولی تو آپ کے ''دوانمول خزانے'' کے چند کتابچے الماری میں دیکھے۔ ایک کتابچہ لے کر اس کے پہلے دو صفحے پڑھے تو میرے دل میں خیال آیا کہ یہ کتابچہ ضرور پڑھنا چاہیے۔ شاید میری پریشانیوں کا کوئی حل اس کتابچہ میں ہو۔ اس وقت پورا کتابچہ پڑھنے کا میرے پاس ٹائم نہیں تھا۔ امام صاحب نماز عصر پڑھانے کے بعد مسجد سے باہر چلے گئے تھے۔ امام صاحب کی اجازت کے بغیر کتابچہ گھر لے جانا جرم سمجھتا تھا۔ دوسرے دن میں نے شوق سے نماز عصر اسی مسجد میں پڑھی' امام صاحب نماز سے فارغ ہوکر مسجد سے جانے لگے تو میں نے ''دوانمول خزانے'' کا ایک کتابچہ ان سے گھر لے جانے کی اجازت چاہی تو امام صاحب کہنے لگے، جتنے کتابچوں کی ضرورت ہو لے جاؤ' میں صرف دو کتابچے لے کر گھر چلا گیا۔ میں نے کتابچہ گھر جا کر حرف بہ حرف غور سے ایک ہی نشست میں پڑھا تو دل کو سکون ہوا کہ بس مجھے مشکلات دور کرنے کا راستہ مل گیا۔ غالباً یہ 14 اپریل 2005ء کا دن تھا میں نے دوسرے دن نمازِ فجر کے بعد پوری توجہ یکسوئی اور دل کی گہرائیوں کے ساتھ کتابچے میں آپ کے بتائے طریقے کے مطابق ''دوانمول خزانے'' کا وظیفہ شروع کردیا۔ کتابچہ پڑھ کر ہی معلوم ہوا کہ آپ ہر منگل کو اپنی خانقاہ پر درس بھی دیتے ہیں۔ ظاہر ہے درس سننے کا شوق مجھے کتابچے کے مصنف کی خانقاہ پر لے گیا۔ آپ کے درس کا اتنا اثر ہوا کہ باقاعدگی سے ہر منگل کو آپ کے درس میں حاضر ہوتا رہا۔ آپ کا درس سن کر سکونِ قلب نصیب ہوتا رہا اور اپنی مشکلات اور پریشانیوں سے نجات ملنے کی امید نظر آتی رہی۔ درس سے اتنا سکون ملتا رہا کہ ایک منگل سے دوسرے منگل کا شدت سے انتظار کرتا رہا۔ ایک منگل کے درس کے دوران آپ نے پریشانیوں سے نجات کیلئے ایک اور وظیفہ بتایا کہ جمعہ کے دن نماز عصر باجماعت پڑھنے کے بعد مسجد کے ایک کونے میں بیٹھ کر نمازِ مغرب کی اذان تک بسم اللہ الرحمٰن الرحیم کا وظیفہ شروع کردیں تو انشاء اللہ 7 جمعہ یا زیادہ سے زیادہ 21 جمعہ گزریں گے کہ آپ کا کام ہوجائے گا۔ جس منگل کو آپ نے درس میں یہ بات بتائی، اس کے بعد جو جمعہ آیا، میں نے دوانمول خزانے والے وظیفوں کے علاوہ یہ وظیفہ بھی شروع کردیا۔ آپ کے بتائے ہوئے وظائف میں نے اتنی یکسوئی، دلجمی اور توجہ کے ساتھ پڑھے کہ زندگی میں کبھی بھی میں نے اتنی یکسوئی کیساتھ وظائف یا کوئی عبادت نہیں کی۔ یقین جانیں آپ کے بتائے ہوئے وظائف میں نے وسط اپریل 2005ء میں پڑھنے شروع کیے تھے اور وسط جولائی 2005ء میری تمام مشکلات اور پریشانیاں ختم ہوگئی تھیں۔ آپ کے بتائے ہوئے وظائف پڑھنے سے مشکلات راحت میں بدل گئیں۔ سکونِ قلب بھی نصیب ہوا (جو بڑی نعمت ہے) ساتھ ہی مال وزر بھی ہاتھ آیا۔

آپ تو اللہ کے نیک بندے ہیں، ہم دنیادار آپ کیلئے کیا دعا کرسکتے ہیں۔ آپ کا درس سن کر مجھے سکون قلب نصیب ہوا۔ دل سے یہی دعا نکلتی ہے کہ اللہ آپ اور آپ کے اہل خانہ کی عمر دراز کرے۔ آپ کا سایہ ہمارے سروں پر قائم ودائم رہے۔ آپ ہمارے ملک وقوم اور ملتِ اسلامیہ کا قیمتی سرمایہ ہیں۔

آج سے غالباً 15 سال قبل کی بات ہے وضو کرتے وقت میرے دانتوں سے خون نکلنا شروع ہوجاتا تھا۔ بعض اوقات 15 تا 20 منٹ وضو کرتے ہی لگ جاتے تھے پھر کہیں جا کر خون آنا بند ہوتا تھا۔ اس دوران جماعت نکل جاتی مگر بعض دفعہ خون آنا بند نہیں ہوتا تھا، تو تنگ آکر خون آنے کی پرواہ کیے بغیر نماز پڑھ لیا کرتا تھا۔ جو ٹوتھ پیسٹ' جو منجن دکان پر دیکھا لے لیا۔ استعمال کیا لیکن مرض جوں کا توں رہا جس کسی نے جو علاج بتایا وہ کیا لیکن مرض اسی جگہ قائم رہا۔ ایک دن فضائل درود شریف کا کتابچہ کہیں سے (بقیہ صفحہ نمبر 38)

پھلی سہانجنا

سہانجنے کے بیج پیس کر پھانکنے سے قوت باہ میں اضافہ ہوتا ہے۔ مقدار خوراک ایک ماشہ روزانہ ہمراہ پانی یا دودھ۔

(حکیم پروفیسر ڈاکٹر محمد رشید)

سندھی سہانجڑ انگریزی

Horse Redesh Moringa Flower

سہانجنہ ایک درخت ہے جو 20 سے 30 فٹ تک اونچا ہوتا ہے اور اس کو ایک سال کے اندر دو تین مرتبہ پھل اور پھول لگتے ہیں۔ اس کی پھلیاں تقریباً ایک فٹ لمبی اور انگلی کے برابر موٹی ہوتی ہیں۔ پھلیوں سے تکونے تخم نکلتے ہیں۔ اس درخت کے تنے سے گوند بھی نکلتا ہے۔ پھولوں کی رنگت کے لحاظ سے اس کی دو قسمیں ہیں۔ سفید پھول والا اور سرخ پھول والا۔ اس کا مزاج گرم وخشک درجہ سوم ہے۔

اس کی پھلیاں سالن پکانے اور اچار بنانے کے کام آتی ہیں۔ اس کا اچار مزےدار اور منفرد ہوتا ہے۔ اس میں وٹامن بی' جی اور ای شامل ہوتے ہیں۔ اس کی جڑ کا بھی اچار ڈالا جاتا ہے۔ اس کی خاصیت ادرک سے ملتی جلتی ہے۔ یہ ایسا درخت ہے کہ اس کے پھولوں' پھلیوں' گوند اور جڑ کو استعمال میں لایا جاتا ہے۔ پھلی سہانجنہ کے حسب ذیل فوائد ہیں۔

1۔ بھوک لگاتی ہے۔ (2) ریاح کو خارج اور درد شکم کو دور کرتی ہے۔ (3) نظر کو تیز کرنے میں یہ پھلی بہترین چیز ہے اور یہ جسم سے پتھری توڑ کر خارج کردیتی ہے۔ (4) جگر کو درست کرتی ہے۔ معدہ کو درست کرتی ہے اور پیٹ کے کیڑوں کو ہلاک کرنے میں بے حد مفید سبزی ہے غرضیکہ مقوی معدہ ہے۔ (5) دمہ اور کھانسی میں اس کا سالن بے حد مفید ہے اور متواتر استعمال سے یہ امراض ختم ہوجاتے ہیں۔ (6) وجع مفاصل' درد کمر' فالج اور لقوہ کیلئے مفید ہے۔ (7) مدر بول اور ہاضم ہونے کی وجہ سے اس کی جڑ کا پانی دودھ میں ملا کر پلانا اندرونی اورام' ورم طحال' ضعف اشتہا' دمہ اور نقرس میں مفید ہے۔ (8) گلے کی سوزش کی صورت میں اس کی جڑ کے جوشاندے سے غرارے کرنے سے تکلیف بالکل دور ہوجاتی ہے۔ (9) اس کی پھلیوں یا پھولوں کا سالن تلی کے ورم کو ختم کردیتا ہے۔ (10) سہانجنے کے بیج پیس کر پھانکنے سے قوت باہ میں اضافہ ہوتا ہے۔ مقدار خوراک ایک ماشہ روزانہ ہمراہ پانی یا دودھ۔ (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

اگر لو لگ جائے تو: پیاز کا رس نکال کر اسے پی لیجئے۔ چند بار ایسا کرنے سے مکمل افاقہ ہوگا۔

بے ربط گفتگو ✿ شادی کے بعد ✿ زبان و بیان ✿ بے چینی الجھن ✿ معذوری ✿ اپنا پرایا

قارئین! جب دینی زندگی پر خزاں آتی ہے تو بے دینی اور کالی دنیا کا عروج ہوتا ہے۔ اگر آپ کسی کالی دنیا، کالی دیوی یا کالے جادو سے ڈسے ہوئے ہیں تو لکھیں ہم قرآن و سنت کی روشنی میں اس کا حل کریں گے۔ جسکا معاوضہ دعا ہے۔ براہِ کرم لفافے میں کسی قسم کی نقدی نہ بھیجیں توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا ہے جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں۔ خطوط لکھتے ہوئے اضافی گوند یا ٹیپ نہ لگائیں خط کھولتے وقت پھٹ جاتا ہے۔ راز داری کا خیال رکھا جائے گا۔ کسی فرد کا نام اور کسی شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور لکھیں۔ جسمانی مسئلے کے لئے خط علیحدہ ڈالیں۔

بے ربط گفتگو

میری ذہنی صلاحیتیں پوری طرح کام نہیں کرتیں۔ کسی بات کو پڑھنے یا سننے کے بعد اسے دہرانے میں مشکل ہوتی ہے۔ بات کرتے کرتے بہت سی باتیں ذہن سے نکل جاتی ہیں اور گفتگو کا سلسلہ بے ربط ہو جاتا ہے۔ دوسری مشکل یہ ہے کہ اپنی بات کو اچھے طریقے سے بیان نہیں کر سکتی۔ الفاظ ذہن میں نہیں آتے۔ انہی وجوہات کی بنا پر لوگوں سے بات کرنے سے گریز کرتی ہوں۔ میں ذہن کی حرکت تیز کرنے کیلئے کوئی مشق و عمل کرنا چاہتی ہوں۔ کیا جلد رشتے کیلئے اور اچھی جگہ ہونے کیلئے سورۃ اخلاص کا وظیفہ بھی اس کے ساتھ پڑھ سکتی ہوں۔ (عنبرین، حیدرآباد)

جواب: ذہنی حرکات پر کنٹرول حاصل کرنے کا ایک طریقہ سانس کا عمل ہے۔ نماز فجر کے بعد آرام دہ حالت میں بیٹھ کر آہستگی سے سانس اندر لیں اور باہر نکالیں اور پوری توجہ سانس کے عمل پر مرکوز رکھیں۔ جب بھی سانس اندر جائے اور سینہ سانس سے بھر جائے ایک بار یارحیم پڑھ لیا کریں۔ مسلسل دس پندرہ منٹ تک یہ عمل کیا جائے۔ بعدازاں اکتالیس بار **یَا اَللّٰہُ، یَا مُرِیْدُ** پڑھ کر ہاتھوں پر دم کر کے ہاتھ چہرے پر پھیر لیا کریں۔ رات کو سونے سے پہلے سورۃ **یٰسین** پڑھیں اور **یَا حَفِیْظُ** پڑھتے پڑھتے سو جائیں۔ رشتے اور شادی کیلئے آپ کو سورۃ اخلاص کے وظیفے کی اجازت ہے۔

اپنا پرایا

میرا ایک بھائی ہے جو برسر روزگار ہے لیکن والدین کی باتوں پر توجہ نہیں دیتا، ہم بھی کوئی بات سمجھاتے ہیں تو دلچسپی نہیں لیتا۔ طرح طرح سے اسے سمجھایا ہے لیکن یوں لگتا ہے کہ ہم نے اس سے کوئی بات کہی ہی نہیں ہے۔ ہمارا مشاہدہ ہے کہ اسے گھر والوں کی کوئی بات اچھی نہیں لگتی یوں خاموش ہو جاتا ہے کہ جیسے وہ سن ہی نہ رہا ہو، گھر کے باہر کے لوگوں کی باتیں نہ صرف سنتا ہے بلکہ عمل بھی کرتا ہے۔ خالہ اور نانی کی باتوں پر بھی فوراً عمل کرتا ہے لیکن والدین اور ہماری بالکل نہیں سنتا۔ (جاوید، گجرات)

جواب: **یَا حَفِیْظُ** (پانچ بار) **یَا وَدُوْدُ** (پانچ بار) پڑھ کر ایک کاغذ پر دم کریں اور کاغذ پر یہی اسماء لکھ کر بھائی کے تکیے کے کپڑے کے اندر رکھ دیں۔ روزانہ رات کو جب بھائی سو جائے تو یہی اسماء آپ کی والدہ تین بار پڑھ کر آنکھیں بند کریں اور تکیے کا تصور کر کے دم کر دیا کریں۔ خالہ اور نانی سے کہیں کہ وہ آپ کے بھائی کے خیالات کو جاننے کی کوشش کریں کہ وہ کون سے عوامل ہیں جن کی وجہ سے بھائی گھر والوں کی باتوں کو اہمیت نہیں دیتا، مناسب طریقے سے ان کا ازالہ کیا جائے۔

معذوری

میرے شوہر چھ سالوں سے ریڑھ کی ہڈی میں حرام مغز پر دباؤ کی وجہ سے بیمار چلے آ رہے ہیں، شروع شروع میں ٹانگیں اچانک کام کرنے سے جواب دے جاتی تھیں اور تین چار دن بعد کہیں جا کر چلنے پھرنے کے قابل ہوتے تھے۔ علاوہ ازیں ٹانگوں کے عضلات میں بے حد کھنچاؤ پیدا ہو جاتا تھا، جس کی وجہ سے شوہر بمشکل چل پھر سکتے تھے، یہ سلسلہ چھ سالوں سے جاری ہے۔ کئی جگہوں سے علاج کراتے رہے ہیں لیکن آرام نہیں آیا ہے۔ شوہر بہت کمزور ہو گئے ہیں اور بڑی مشکلوں سے چل پھر سکتے ہیں۔ بیٹھ جائیں تو کھڑے نہیں ہو سکتے۔ مسلسل بیماری نے بے حد کمزور کر دیا ہے۔ مالی حالات بھی خراب تر ہو گئے ہیں۔ صحت یابی کیلئے محفل مراقبہ میں اجتماعی دعا کرا دیں اور کوئی ورد یا اسم بھی بتا دیں جو صحت کیلئے پڑھا جائے۔ (آصفہ پروین، فیصل آباد)

جواب: صبح سورج نکلنے سے پہلے اور رات کو کوئی شخص باوضو ہو کر آپ کے شوہر کی گردن کے پیچھے جہاں ریڑھ کی ہڈی شروع ہوتی ہے، ہاتھ رکھ کر **یَا اَللّٰہُ یَارَبَّ الرَّحِیْمُ یَا رَبَّ الرَّحِیْمِ یَا رَبَّ الرَّحِیْمُ یَا اللّٰہُ یَا بَدِیْعَ الْعَجَائِبِ بِالْخَیْرِ یَا بَدِیْعُ** سات بار پڑھے اور پھر ہاتھ اٹھا کر اس جگہ دم کر دیا کرے۔ شوہر سے کہیں کہ یہ الفاظ کسی کاغذ پر لکھ کر اپنے کمرے میں آویزاں کر لیں اور دن رات میں کئی بار چند منٹ پوری توجہ سے دیکھتے ہوئے پڑھ لیا کریں، اللہ تعالیٰ اپنی رحمت فرمائیں، قارئین سے عرض ہے کہ وہ بھی دعا کریں۔

سر درد برداشت نہیں ہوتا

دو سال پہلے میرے سر میں درد شروع ہوا اور جب سر درد ہوتا ہے تو میں برداشت نہیں کر سکتا اور کسی دوا سے بھی آرام نہیں آتا ہے۔ اب حال یہ ہے کہ میرا دماغ سن ہو جاتا ہے اور عجیب و غریب قسم کے خیالات ذہن میں آنے لگتے ہیں، علاوہ ازیں ہاتھوں میں بھی لرزش پیدا ہو جاتی ہے، جسم میں ہلکا ہلکا درد شروع ہو جاتا ہے۔ ڈاکٹر کا کہنا ہے کہ دماغ کی رگیں پھول جاتی ہیں۔ علاج سے ابھی تک کوئی فائدہ ظاہر نہیں ہوا ہے، طبیعت خراب ہوتی ہے تو کسی سے بات کرنے کو جی نہیں چاہتا، پورے جسم سے طاقت سلب ہو جاتی ہے۔ (عبداللہ)

جواب: صبح سورج نکلنے سے پہلے اور رات کو کسی وقت کوئی شخص وضو کر کے آپ کو سامنے بٹھائے اور ایک بار یا اللہ پڑھ کر آپ کے سر پر یا اللہ (جس طرح لکھا ہے) انگشت شہادت سے لکھ کر سر پر دم کر دیا کرے، یہ عمل تین بار کیا جائے یعنی تین بار یا اللہ پڑھ کر اور لکھ کر دم کیا جائے، اس کے ساتھ ساتھ کسی خصوصی معالج کے مشورے سے طبی معائنہ کرائیں تاکہ صحیح وجہ سامنے آئے اور اس کے مطابق احتیاطی تدابیر بھی اختیار کریں۔

ذہن کسی بات کو محفوظ نہیں رکھتا

میرے ذہن میں مختلف النوع خیالات آتے رہتے ہیں اور کسی ایک خیال، ارادے اور عمل پر ذہن رکتا نہیں ہے۔ خیالی دنیا میں طرح طرح کی باتیں سوچ لیتا ہوں۔ شاید خیالات کی وجہ

سے حصول علم میں بھی مشکلات کا سامنا ہے اور مطالعے کے بعد ذہن کسی بات کو محفوظ نہیں رکھتا۔ مجھے ذہنی وخیالی پریشانیوں کیلئے کوئی وظیفہ یا مشق بتادیں۔ (عبدالودود، سندھ)

جواب: نماز فجر اور نماز عشا کے بعد چھیاسٹھ بار یا سو بار **بِحَوْلِ وَّ قوۃ لَاۤ اِلٰهَ اِلَّا اللّٰهُ الْمُهَيْمِنُ الْعَزِيْزُ الْجَبَّارُ الْمُتَكَبِّرُ** پڑھ کر ہاتھوں پر دم کریں اور ہاتھ چہرے پر پھیر لیا کریں۔ اس عمل کو کم از کم چالیس روز ضرور کیا جائے اگر درمیان میں کچھ دن مجبوراً ترک ہوجائیں تو وہ بعد میں پورے کرلیے جائیں۔

زبان وبیان

بات کرتے ہوئے بہت سے الفاظ ادا کرنے میں مشکل پیش آتی ہے۔ یہ مشکل گزشتہ ایک برس سے پیش آرہی ہے۔ اس سے پہلے یہ حال نہ تھا۔ کلاس میں بھی جواب دیتے ہوئے یا پڑھتے وقت زبان ساتھ نہیں دیتی اور ہکلانے کی سی حالت پیدا ہوجاتی ہے۔ یہ کیفیت سکول میں یا گھر میں زیادہ ہوتی ہے، کسی اور جگہ ایسا بہت کم ہوتا ہے۔ میرا ذہن بھی پوری طرح ساتھ نہیں دیتا چنانچہ جلد غصے میں آجاتا ہوں، اہم باتیں بھی جلد ذہن سے نکل جاتی ہیں۔ (سلیم شاہ، بلوچستان)

جواب: نماز فجر کے بعد پانی پر ایک بار **یَا وَدُوْدُ** دم کرکے پی لیا کریں، رات کو سونے کیلئے لیٹیں تو وضو کریں، آنکھیں بند کرکے لیٹ جائیں اور ذہن کو تمام خیالات سے خالی کرلیں **یَا اَللّٰهُ یَا مُرِيْدُ** کا ورد دل ہی دل میں کرتے رہیں اور پوری توجہ الفاظ پر قائم رکھیں، یہ ورد کرتے رہیں یہاں تک کہ نیند آجائے۔ جب بھی باتیں کریں ٹھہر ٹھہر کر کریں، چاہے بولنے میں آسانی ہی کیوں نہ ہو۔ انشاء اللہ کچھ عرصے میں شعوری کمزوری پر قابو پالیں گے۔

سسرال والے

میں ایک دکھی اور غریب لڑکی ہوں۔ شوہر کی پسند سے شادی ہوئی۔ خاوند اچھے ہیں لیکن سسرال والے ایسے مواقع کی تلاش میں رہتے ہیں کہ ہمارے تعلقات خراب کراکے طلاق دلوادیں۔ شادی کو دو سال ہوگئے ہیں لیکن اولاد کی امید نظر نہیں آتی۔ اب سسر صاحب شوہر کو اس بات کے حوالے سے اکسا رہے ہیں۔ ہم میاں بیوی نماز کے پابند ہیں، بہت سے وظائف بھی پڑھے لیکن ابھی تک صورت حال وہی ہے ڈاکٹروں کے مطابق ہم دونوں ٹھیک ہیں۔ (حنا، کوئٹہ)

جواب: اولاد کیلئے نماز عشاء کے بعد سورہ یٰسین ایک بار پڑھ کر پانی پر دم کرکے آپ اور آپ کے شوہر پی لیا کریں جہاں تک ازدواجی حالات کا تعلق ہے تو آپ کو بھی یقین و استقامت سے کام لینا چاہیے جبکہ آپ کے شوہر بھی اچھے ہیں تو آپ کا اعتماد کمزور نہیں ہونا چاہیے۔ ضرورت سے زیادہ خدشات بھی تعلقات اور ازدواجی معاملات کو بے رنگ کر دیتے ہیں، آپ رات کو سونے سے پہلے یا نماز فجر کے بعد اکتالیس بار **بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ يَا اَللّٰهُ يَا كَرِيْمُ** پڑھ کر دونوں ہاتھوں پر دم کرکے ہاتھ چہرے پر پھیر لیا کریں، انشاء اللہ حالات خراب نہیں ہوں گے۔

بے چین الجھا رہتا ہوں

میں نے اس سال انٹر کا امتحان پاس کیا ہے۔ اس عرصے میں اور آج کل بھی ناپاک خیالات کا شکار ہوں۔ لاکھ کوشش کرتا ہوں کہ ذہن ہٹادوں لیکن وہ مجھ پر حاوی آجاتے ہیں۔ ان خیالات کی وجہ سے پڑھائی میں بھی یکسوئی حاصل نہیں ہوتی۔ ذرا سا پڑھنے کے بعد سمجھنے لگتا ہوں کہ میں نے بہت پڑھ لیا ہے اور پھر آج کا کام کل پر ٹال دیتا ہوں۔ ذہن ہر طرف بے چین اور الجھا ہوا رہتا ہے۔ نماز میں بھی یہی ذہنی حالت رہتی ہے اور بسا اوقات پریشان ہوکر نیت توڑ دیتا ہوں، خود کو خطا کار سمجھنے لگا ہوں۔ (فرقان، ملتان)

جواب: رات کو سونے سے پہلے اندھیرے میں بیٹھ جائیں اور نصف گھنٹے تک ''**يَا حَيُّ يَا قَيُّوْمُ**'' کا ورد کرتے رہیں اور پھر کسی سے بات کیے بغیر سوجائیں، نماز فجر کے فوراً بعد ایک تسبیح ''**يَا سَلَامُ الْمُهَيْمِنُ الْقُدُّوْسُ**'' پڑھ کر اپنے قلب پر دم کردیا کریں۔ انشاء اللہ ذہنی انتشار اور پراگندگی سے نجات مل جائے گی۔ نماز فجر اور ورد کے بعد پندرہ بیس منٹ خالی الذہن ہوکر چہل قدمی ضرور کیا کریں۔

شادی کے بعد

میں نے بیٹی کی شادی غیروں میں کی اور ان کا ہر طرح سے خیال رکھا لیکن شادی کے دس بارہ دنوں کے بعد ہی انہوں نے تنگ کرنا شروع کردیا اور تین ماہ بعد زدوکوب کرکے بیٹی کو ہمارے گھر چھوڑ گئے ہیں۔ گھر کا ہر فرد انتہائی کرب میں ہے۔ میں مختلف تسبیحات اور دعائیں پڑھ کر بارگاہ الٰہی میں دعا کررہا ہوں۔ میری بیٹی کے حالات بہتر ہونے کیلئے آپ کوئی دعا بتادیں۔ میں ایک ریٹائرڈ آدمی ہوں۔ کوئی ذریعہ معاش بھی نہیں ہے۔ اس طرف سے بھی انتہائی پریشان ہوں۔ (فرخ شاہ، کوئٹہ)

جواب: بیٹی سے کہیں کہ وہ ہر نماز کے بعد ایک تسبیح ''**يَا اَرْحَمَ الرَّاحِمِيْنَ**'' پڑھ کر بارگاہ الٰہی میں اپنے حالات کے مطابق دعا کیا کرے، انشاء اللہ جو کچھ اس کیلئے بہتر ہوگا جلد ظاہر ہوجائے گا۔ معاشی پریشانیوں اور مختلف مسائل کیلئے آپ نماز عشاء کے بعد ایک سو ایک بار ''**يَا بَدِيْعُ**'' پڑھ کر اللہ تعالیٰ کے دربار میں دعا کیا کریں۔ اللہ تعالیٰ سے دعا ہے کہ وہ آپ پر جلد فضل وکرم فرمادیں۔

دادی مرحومہ

میری دادی کا انتقال ہوگیا ہے، میری آنکھوں کے سامنے ان کا چہرہ آتا رہتا ہے اور ان کی باتیں بار بار ذہن میں آتی ہیں۔ ان باتوں سے طبیعت خراب ہوجاتی ہے اور سر میں درد ہونے لگتا ہے۔ آدھی رات کو آنکھ کھل جائے تو بھی ان کا چہرہ نگاہ تصور کے سامنے آجاتا ہے۔ دوسری بات یہ ہے کہ مجھے وہم بھی بہت ہوتا ہے اکثر یہ خیال آتا ہے میں جلد مرنے والی ہوں، ان سب باتوں کی وجہ سے میرے اندر اعتماد اور یقین کم ہوگیا ہے۔ (ثنا، کراچی)

جواب: نماز عشاء کے بعد ایک تسبیح ''**اَلْعَظَمَۃُ لِلّٰهِ مَافِی السَّمٰوٰتِ**'' کی پڑھ کر ہاتھوں پر دم کرکے ہاتھ چہرے پر پھیر لیا کریں اس وظیفے کو کم از کم چالیس روز پڑھیں، انشاء اللہ مذکورہ بالا تمام خیالات اور وہموں کا سدباب ہوجائیگا اور ذہن ایک نقطے پر مرکوز ہوجائے گا۔

عملیات اور طب سیکھنے کے خواہش مند

کیا علم چھپانا ثواب عظیم ہے؟ ایسا نہیں تو پھر آخر لوگ علم کو چھپا کر قبر میں کیوں لے جاتے ہیں؟ ہاں! تمام انگلیاں برابر نہیں، مخلص بھی اس دنیا میں موجود ہیں۔ بندہ کے پاس لوگ وظائف، عملیات یا طب وحکمت کا علم سیکھنے کی خواہش رکھتے ہیں، بندہ کے پاس جو کچھ ہے اپنا نہیں اللہ تعالیٰ کی امانت ہے لہٰذا جو فرد سیکھنا چاہے عام اجازت ہے۔ چونکہ بندہ کی زندگی مصروف ہے اس لئے پہلے اوقات کا تعین کرکے ملاقات کریں، پھر چاہے گھر بیٹھے بھی سیکھ سکتے ہیں۔ خط وکتابت کے ذریعے سیکھنا ممکن نہیں۔ اکثر بہت جلدی سب کچھ پانا چاہتے ہیں حالانکہ یہ علم مسلسل محنت اور کوشش سے حاصل ہوتا ہے۔ بندہ خلوص دل سے راہنمائی کرے گا۔ کوئی نذرانہ یا فیس نہیں۔

ایڈیٹر: حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی

ڈر کیلئے: سورۂ عصر لکھ کر گلے میں باندھ دیں، ان شاء اللہ ڈر یا خوف سے نجات مل جائے گی۔ ڈر اور خوف کیلئے آیۃ الکرسی بھی اکسیر ہے۔

رب کے نام کی برکت

غلام مرتضیٰ ذہو

ایک دفعہ میں نے اسی کو بلایا اور کہا کہ باقی شاگرد جاتے ہیں تو دیر سے آتے ہیں۔تم جاتے ہو اور جلد واپس آجاتے ہو' آخر تم کون ہو؟ اس نے کہا اگر آپ غلطی معاف کریں تو بتاؤں۔اس نے کہا میں جن ہوں۔ یہاں تعلیم حاصل کرنے کیلئے آیا ہوں۔

کچھ دن پہلے میرے بھائی نے کہا کہ مجھے کوئی وظیفہ بتاؤ میری موبائیل کی سم گم ہوگئی ہے۔ میں نے ایک آیت اور 119 مرتبہ **یَا حَفِیظُ** عبقری میں پڑھا تھا، میں نے اسے صرف **یَا حَفِیظُ** 119 مرتبہ پڑھنے کو کہا، آیت بھول گیا۔ اللہ نے اپنے نام کی برکت سے اس کو سم دی اور ایک لڑکے کے پیسے گم ہوگئے وہ بھی مل گئے۔

ہمارے یہاں پنوں عاقل میں گدی نشین باجی شریف کے بزرگ نے میرے والد صاب کو ایک قصہ سنایا کہ میں طلباء کو پڑھاتا تھا۔ پہلے زمانے میں گاڑیاں نہیں تھیں۔ پیدل سفر کرنا پڑتا تھا۔ روز کسی نہ کسی طالب علم کو شہر سے کچھ منگوانے کیلئے بھیجتا تھا۔ وہ صبح جاتے اور شام کو آتے تھے۔ ان میں سے ایک طالب جاتا اور جلد ہی چیزیں بازار سے خرید کر لے آتا۔ طالب علموں نے کہا کہ سائیں یہ طالب علم بڑا چست ہے، اسے بھیجا کریں۔ ایک دفعہ میں نے اسی کو بلایا اور کہا کہ باقی شاگرد جاتے ہیں تو دیر سے آتے ہیں ۔تم جاتے ہو اور جلد واپس آجاتے ہو، آخر تم کون ہو؟ اس نے کہا اگر آپ غلطی معاف کریں تو بتاؤں۔ اس نے کہا حضرت میں جن ہوں۔ یہاں تعلیم حاصل کرنے کیلئے آیا ہوں۔ حضرت نے کہا! تم میرے شاگردوں کو پریشان نہ کروگے، اس نے وعدہ کیا۔ پھر حضرت کی دعوت کی اور کہا ایک کھانا آئے گا وہ نہ کھایئے گا۔ بالآخر آپ ساتویں نمبر کا کھانا کھایئے گا۔ حضرت جی وہاں گئے، بڑے انتظامات تھے۔ جنگل میں منگل، حضرت کیلئے کھانا آیا لیکن ساتواں نمبر کھایا۔ سب جن خوش تھے۔ حضرت سے کہا کہ آپ کا اگر ہمارے لیے حکم ہے تو بتائیں۔ حضرت جی نے کہا کہ سب (جن) آپ وعدہ کرو کہ تم جن میرے گاؤں والوں کو تنگ نہیں کروگے۔ سب نے وعدہ کیا، آج تک اس گاؤں میں برکت ہے، پہلے کسی نہ کسی کی کوئی چیز گم ہو جاتی تھی آج تک وہ سکون سے رہ رہے ہیں۔

ایک گاؤں کے حاجی کسی دوسرے دوست کے پاس دعوت پر گئے۔ وہ رات کو سو رہے تھے کہ اچانک پیشاب کیلئے جانا پڑا، جن نے اس کے دوست کا روپ دھار کر کہا چلو آپ کو ادھر پیشاب کی جگہ دکھاتا ہوں، وہ چلتے رہے کئی میل چلتے رہے، وہ حاجی سمجھ گیا کہ جن ہے وہ اسے لے جا رہا ہے تو اس نے آیت الکرسی پڑھنی شروع کی پھر جان چھوٹی۔

یٰبُنَیَّ اِنَّهَآ اِنْ تَکُ مِثْقَالَ سے لے کر اِنَّ اللّٰہَ لَطِیْفٌ خَبِیْرٌ o تک پڑھیں۔

(سورلقمان کی آیت نمبر 16 ہے)

(بقیہ: نااتفاقی/رشتوں کی بندش)

کو باقاعدگی سے پڑھا تو میری مشکلات حل ہونی شروع ہوگئی اور دین کی طرف رغبت بڑھنے لگی اور میرے دل کو عجیب سا سکون میسر ہوگیا ہے۔ کچھ عرصہ کے بعد میں اپنی سہیلی کو لے کر حکیم صاحب کے پاس آئی۔ حکیم صاحب نے میری بات کو توجہ سے سنا اور ایک وظیفہ دیا جس کو 41 دن کے اندر سوا لاکھ دفعہ پورا کرنا تھا۔ روحانی محفل کی برکت سے وہ وظیفہ 41 دن سے پہلے ہی ختم ہوگیا۔ اور اس کا شوق اور زیادہ بڑھ گیا۔ دوبارہ حکیم صاحب نے اسی وظیفہ کو مزید سوا لاکھ دفعہ پڑھنے کو کہا۔ اس دفعہ سوا لاکھ دفعہ مکمل ہونے سے پہلے میں نے محسوس کیا کہ میرے گھر سے نااتفاقی، بیٹیوں کے رشتوں کی بندش، جادو کے اثرات حتیٰ کے ہر قسم کی مشکلات ختم ہو رہی تھیں۔ سب سے بڑھ کر میری اولاد میری فرمانبردار ہوگئی۔ میرا حکیم صاحب سے تعلق اس روحانی محفل کی وجہ سے مزید بڑھ گیا۔ قارئین سے التماس کرتی ہوں کہ ماہنامہ عبقری میں شائع ہونے والی ماہانہ روحانی محفل میں ضرور شرکت کیا کریں۔ ان شاء اللہ بہت زیادہ فائدہ ہوگا۔ (مراسلہ: شگفتہ، لاہور)

تقویت معدہ مقوی معدہ

معدہ کے لیے مفید ہے، بھوک لگاتا ہے جسم میں خون پیدا کرتا ہے۔ ہر شے ہضم ہوتی ہے۔ ریح خارج ہوتی ہے مولد خون، مقوی معدہ ہے اکسیر چیز ہے۔

نسخہ ھوالشافی: سونٹھ 2 تولہ، نمک سیاہ 2 تولہ، ہینگ 4 تولہ۔ لونگ، خولنجان، مرچ سیاہ، فلفل دراز، الائچی خورد، کباب چینی، مصطگی، پیلا مول ایک ایک تولہ کا سفوف بنالیں۔ پھر لیموں کا پانی ایک پاؤ، ادرک کا پانی ایک پاؤ، کنوار گندل گھیکوار کے پانی میں باری باری تر وخشک کریں پھر گولی بنالو۔ 1 تا 2 گولی صبح شام ہمراہ پانی اثرات خود ملاحظہ کریں۔ (شوکت شاہین)

پُرامن زندگی؟

آدمی اگر ہمیشہ قناعت کا طریقہ اختیار کرے تو وہ کبھی ذلت اور ناکامی سے دوچار نہیں ہوسکتا (مولانا وحیدالدین خاں)

مسٹر بوکاسا (Jean Bedel Bokassa) 1921ء میں پیدا ہوئے۔ وہ سنٹرل افریقہ کی فوج میں جنرل تھے۔ وہ اپنے اس عہدہ پر قناعت نہ کرسکے' جنوری 1966ء میں انہوں نے فوجی بغاوت کردی اور صدر ڈیوڈ ڈیکو (David Dacko) کو معزول کرکے خود سنٹرل افریقہ کے صدر بن گئے۔ جنرل بوکاسا صدر بوکاسا بن کر بھی قانع نہیں ہوئے، کیونکہ انہیں اندیشہ تھا کہ اگلے الیکشن میں وہ صدارت کھودیں گے۔ چنانچہ 1976ء میں انہوں نے پارلیمنٹ کو ختم کرکے اپنے شہنشاہ (Emperor) ہونے کا اعلان کردیا۔ اب انہوں نے تاج پہن لیا اور شہنشاہ بوکاسا کہے جانے لگے۔

تاہم مسئلہ اب بھی ختم نہیں ہوا۔ اب شہنشاہ بوکاسا کا سامنا اس چیز سے تھا جس کو انسائیکلو پیڈیا برٹانیکا (3/1100) نے بیسی (Realities of french economic control) سے تعبیر کیا ہے۔ سنٹرل افریقہ کی قیمتی کانیں فرانس کے قبضہ میں تھیں۔ نئے سیاسی نظام میں فرانس کو اپنا اقتصادی مفاد خطرہ میں نظر آیا۔ چنانچہ فرانس کی مدد سے 1980ء میں ایک اور فوجی انقلاب ہوا اور مسٹر ڈیوڈ ڈاکو دوبارہ سنٹرل افریقہ کے صدر بنا دیئے گئے۔ جون 1987ء میں بوکاسا کو پھانسی دیدی گئی۔ انقلاب کے بعد مسٹر بوکاسا ملک سے باہر جانے میں کامیاب ہوگئے تھے وہ اکتوبر 1986ء میں دوبارہ سنٹرل افریقہ واپس آئے۔ ملک میں داخل ہوتے ہی انہیں گرفتار کرلیا گیا (انڈین ایکسپریس 9 جون 1987ء) ان کے اوپر سنگین الزامات تھے۔ مثلاً 40 آدمیوں کو قتل کرانا' سرکاری خزانہ سے کروڑوں ڈالر رشوت دینا وغیرہ' اسٹیٹ پراسیکیوٹر مسٹر جبریل مبودو نے بینگوئی (Bangai) کی کریمنل عدالت سے کہا تھا کہ مسٹر بوکاسا نے اپنے 14 سالہ زمانہ حکومت میں جو جرائم کیے ہیں اس کے بعد ضروری ہے کہ انہیں موت کی سزادی جائے۔ 8 جون 1987ء کو مسٹر بوکاسا کی پیشی عدالت میں ہوئی تو انہوں نے اپنا بیان دیتے ہوئے کہا کہ آج میں صرف یہ چاہتا ہوں کہ معمولی شہری کی حیثیت سے پرامن زندگی گزاروں۔

آدمی اگر قناعت کا طریقہ اختیار کرے تو وہ کبھی ذلت اور ناکامی سے دوچار نہ ہو۔

منہ کے چھالوں کیلئے: کافور اور کتھ لیجئے اور اسے پیس کر دن میں تین چار بار ان چھالوں پر ملیے، ان شاء اللہ افاقہ ہوگا۔

مسلمان جِن کا غسلِ میّت

غسل دینے کے بعد انہوں نے ایک ڈبیہ دی غالباً اس میں زعفران تھا، کہا کہ جسم پر روحانی کلمات لکھیے۔ پھر ایک سبز کپڑا لایا گیا جس پر سنہری تاروں سے جو غالباً سونے کے تھے سے اللہ پاک کا نام لکھا ہوا تھا۔ میت پر یہ کپڑا ڈالا گیا (عفان اقبال، اسلام آباد)

حیدرآباد کے خادم نے اس طرح سے اپنی زندگی کا ایک حیران کن واقعہ تحریر کیا ہے کہ ایک دن میرے پاس ایک صاحب سفید لباس میں ملبوس اور زلفیں سجائے تشریف لائے اور فرمانے لگے کہ ہمارے والد صاحب کا انتقال ہوگیا ہے انہیں غسل دینا ہے۔ میں ان کے ساتھ گاڑی میں سوار ہوکر ایک علاقے میں پہنچا تو یہ دیکھ کر چونک اٹھا کہ وہاں پر کسی فوتگی کے نہ تو کوئی آثار تھے اور نہ ہی سوگوار افراد۔ بہرحال میں اندر پہنچا تو کمرے میں ایک جیسے حلیے کے صرف پانچ افراد تھے اور ان لوگوں نے سفید لباس پہنا ہوا تھا۔ اور ان کی پیشانیاں کثرت سجود کی علامت سے مزین تھیں، چہرے پر نور تھے۔ ان پراسرار افراد کو دیکھ کر نہ جانے کیوں میرے دل کی دھڑکن تیز ہوگئی کہ کہیں میں جنات کے درمیان تو نہیں۔ جب میں نے میت کے چہرے سے چادر ہٹائی تو ایک نورانی چہرہ سامنے تھا۔ یہ ضعیف العمر بزرگ تھے جن کے چہرے پر سنت کے مطابق داڑھی تھی۔ انہوں نے فرمایا میں آپ کو سنت کے مطابق آداب غسل بتاتا ہوں آپ میت کو غسل دیں۔ ان میں سے ایک صاحب دوسرے کمرے سے میت پر بطور پردہ ڈالنے کیلئے سفید موٹا تولیا لے آئے۔ غسل دینے کے بعد انہوں نے ایک ڈبیہ دی غالباً اس میں زعفران تھا، کہا کہ جسم پر روحانی کلمات لکھیے۔ پھر ایک سبز کپڑا لایا گیا جس پر سنہری تاروں سے جو غالباً سونے کے تھے سے اللہ پاک کا نام لکھا ہوا تھا۔ میت پر یہ کپڑا ڈالا گیا، جب میں غسل سے فارغ ہوا تو ان میں سے ایک صاحب نے میری کمر پر تھپکی دی اور کہا، بعد نماز ظہر جنازہ میں شرکت کیلئے ممکن ہوتو ضرور آئیے گا۔ واپسی پر بھی ان کے علاوہ گھر میں اور باہر اور کوئی دوسرا نظر نہ آیا۔ پھر جو صاحب مجھے لائے تھے انہوں نے گاڑی پر بٹھایا اور واپس روانہ ہوئے۔ مگر کچھ آگے جانے کے بعد کہنے لگے ''یہاں سے آپ خود چلے جائیں'' میں نے اطمینان کا سانس لیا کیونکہ مجھے گھبراہٹ سی ہونے لگی تھی۔ میں تشویش کے عالم میں واپس لوٹ آیا۔ بعد میں جب میں نے اس علاقے کی مسجد کے ذمہ داران سے معلوم کیا تو ان سب نے کسی بھی گھر میں میت ہونے سے لاعلمی ظاہر کی۔ میں ذمہ داران کے ہمراہ اس گھر کی تلاش میں نکلا تو نہ گھر ڈھونڈ سکا نہ ہی ''ان پراسرار افراد'' کا کوئی سراغ ملا۔

بعد میں اس علاقے کے کئی لوگوں سے معلومات لی گئی، مسجد کے نمازیوں تک سے پوچھا گیا مگر حیرت انگیز بات یہ تھی کہ وہاں اس تاریخ اور اس دن میں نہ کسی کے انتقال کی اطلاع تھی اور نہ ہی مسجد سے کسی کے انتقال کا اعلان ہوا تھا۔ جب کہ میت کے وارثوں میں سے ایک شخص نے کہا تھا کہ غسل مسجد کے برابر والی گلی میں ہی دیا گیا تھا۔ جس شخص نے یہ واقعہ تحریر کیا ہے اس کا کہنا ہے کہ مجھے یوں لگتا ہے کہ جس مرحوم کو میں نے غسل دیا ہے وہ کوئی نیک پاک ''جن'' تھے جو اللہ کے احکامات اور سنت محمدی ﷺ پر اپنی زندگی میں عمل پیرا تھے اور مسلمان جن تھے۔

میری زندگی کا عجیب واقعہ

1993ء ستمبر، اکتوبر کی بات ہے۔ ہماری جماعت کی تشکیل کوٹ مظفر ضلع میلسی میں ہوئی۔ کوٹ مظفر میلسی شہر سے 9 کلو میٹر کے فاصلہ پر واقع ہے۔ دو ساتھی لاہور سے ہماری نصرت کیلئے چلے۔ انہیں میلسی پہنچتے ہوئے رات ہوگئی۔ تقریباً 11 بجے وہ دونوں حضرات گاؤں کوٹ مظفر پہنچ گئے۔ گاؤں پہنچ کر وہ پریشان کہ پتہ نہیں کونسی مسجد میں جماعت ٹھہری ہوئی ہے۔ اتنی رات کو گاؤں میں کوئی فرد بھی نظر نہ آئے کہ جس سے پتہ کریں۔ اتنے میں کیا دیکھتے ہیں کہ ایک بچہ جس کی عمر کوئی 10 سال کے لگ بھگ ہوگی، سامنے سے آرہا ہے۔ انہوں نے اللہ کا شکر ادا کیا کہ چلو کوئی تو نظر آیا۔ انہوں نے اس جماعت کے بارے میں پوچھا تو اس بچے نے کہا کہ ہاں مجھے معلوم ہے آپ میرے ساتھ آئیں۔ یہ اس کے پیچھے چل پڑے۔ اس نے انہیں مسجد کے دروازے پر لاکر کھڑا کر دیا۔ انہوں نے مسجد کے دروازے پر پہنچ کر پیچھے مڑ کر دیکھا تو وہ بچہ غائب ہو چکا تھا۔

حیرانگی کی بات یہ تھی کہ گاؤں کے ماحول میں اتنی رات کو جہاں کوئی مرد نظر نہیں آرہا تھا۔ ایک بچے کا مل جانا پھر اسے یہ بھی معلوم ہونا کہ جماعت کس مسجد میں ہے، انتہائی غیر معمولی بات تھی۔ اللہ جانے وہ کوئی جن تھا یا کوئی اور کہ جسے اللہ تعالیٰ نے ان کی مدد کیلئے بھیجا۔ (محمد زبیر، سرگودھا)

عبقری سے فیض پانے والے

فقیر کی بددعا سے نسلوں میں بیماری چلی آئی

میرا یہ مسئلہ ہے کہ ہاتھ، پاؤں اور چہرے وغیرہ پر نقطے نما نشان ہیں، ہلکے سیاہ۔ ہماری بڑی بزرگ اس کے بارے میں بتاتی ہیں کہ ہماری کوئی دادی نانی وغیرہ تین چار نسل پہلے بہت خوبصورت تھیں۔ کوئی فقیر بھیک مانگنے آیا اسے یہ بیماری تھی۔ اس نے خیرات مانگی۔ وہ دینے آئیں مگر فقیر کی شکل دیکھ کر نفرت سے واپس ہوگئیں اور کسی دوسرے سے کہا فقیر کو خیرات دے دو، مگر فقیر بھی بضد ہوگیا کہ لوں گا تو اسی کے ہاتھ سے لونگا۔ اس نے اپنی دادی کو کہا کہ اس بدصورت آدمی کو میں خیرات نہیں دونگی۔ اس پر اس فقیر نے بددعا دی کہ تمہاری سات نسلوں میں یہ بیماری رہے گی۔ مجھے کچھ ہلکے ہیں لیکن امی کو بہت زیادہ ہیں ان کو تو محسوس بھی ہوتے ہیں۔ جلد کے ڈاکٹر سے علاج کروایا کچھ عرصہ تک کچھ فائدہ ہوا تھا مگر ہمارے ایک کزن ڈاکٹر ہیں، انہوں نے ڈانٹ دیا کہ اس بیماری کا کوئی علاج نہیں ہے۔ ہمیں تو بددعا ہے مگر اپنے خاندان کے علاوہ بھی ہم نے اس بیماری والے دیکھے ہیں، ''اللہ تعالیٰ نے فرمایا ہے کہ میں نے کوئی بیماری ایسی پیدا نہیں کی جس کا علاج نہ ہو'' تو کیا ابھی اس بیماری کا کوئی علاج دریافت نہیں ہوا اگر ہے تو ہمیں ضرور بتائیں، کسی نے بتایا کہ ماہنامہ عبقری میں اس بیماری کیلئے ایک عمل چھپا ہے، جس کو کرنے سے ان شاء اللہ یہ بیماری ختم ہو جائیگی۔ عمل یہ تھا کہ وتروں میں سورۃ الکافرون، سورۃ نصر اور سورۃ لہب پڑھیں اور فجر کی سنتوں کے بعد اور فرضوں سے پہلے ''**یَا سَلَامُ**'' ایک ہزار بار پڑھیں میں نے اس عمل کو دلجمعی اور یکسوئی کے ساتھ استقامت کے ساتھ کچھ عرصہ کیا اور آہستہ آہستہ مجھے اس بیماری سے نجات مل رہی ہے۔

(تحریر: زوجہ شفیق الرحمٰن۔ علی پور مظفر گڑھ)

معجون مقوی

محرک ہے گرم مزاج ہے تقویت کے لیے لاجواب ہے۔ اعصاب اور مقوی باہ ہے۔

نسخہ ھوالشافی: خولنجان 10 گرام، دارچینی 10 گرام، سونٹھ 15 گرام، لونگ 15 گرام، عقرقرحا 15 گرام، باریک پیس لیں۔ 10 عدد زردی انڈے دیسی اُبال کر شامل کرلیں۔ ایک پاؤ شہد ملا کر معجون بنالو۔ ایک تولہ رات کو ہمراہ سادہ دودھ کھائیں۔ (شوکت شاہین)

بسم اللہ کے کرشمات اور برکات/ بسم اللہ میں اللہ تعالیٰ کے اسم اعظم کا راز ہے

قرآنی کمالات سے لاعلمی اور دوری ہے آیئے ہم آپ کو قرآنی شفا سے روشناس کرائیں تاکہ آپ کی مایوس کردینے والی مشکلات فوری دور ہوں یقین جانیے ان آزمودہ قرآنی شفاؤں کو آزما کر خودکشی تک پہنچنے والے خوشحالی کی زندگی ہنسی خوشی بسر کر رہے ہیں۔ قارئین! انشاء اللہ آپ عبقری کے صفحات میں سورۃ البقرۃ سے لے کر سورۃ الناس تک کے روحانی وظائف وعملیات ملاحظہ فرمائیں۔

کالی دنیا کالے عامل اور ازلی کالی مشکلات کا زوال اور قرآنی طاقت کا کمال

عامل بسم اللہ شریف

بسم اللہ میں اسم اعظم مخفی ہے۔ بسم اللہ ہر مرض کی دوا اور ہر بیماری کیلئے شفا ہے۔ اس کے کل حروف انیس ہیں۔ کل اعداد 786 ہیں۔ مفرد اعداد 3=1+21,2=6+8+7 ہے اس میں تمام صفات کاملہ سمائی ہوئی ہیں۔ یہ ارواح کی راحت ہے، جسموں کی نجات ہے، سینوں کا نور ہے اس کی بدولت تمام خلوتیں پرکیف ہو جاتی ہیں۔ قرآن کریم کی یہ آیات مبارکہ ہر طرح کی مشکلات و پریشانیوں کو ختم کرنے کیلئے نہایت سریع الاثر خواص رکھتی ہے۔ اس کے ذکر سے بے شمار لوگ امتحان و آزمائش میں سرخرو ہوئے۔ جس مقصد کیلئے توجہ، یکسوئی، یقین کامل اور صدق دل سے پڑھی جائے اللہ اسے کامیابی سے نوازتا ہے۔ اس کے ذکر سے دل میں کوئی غم نہیں رہتا۔ چشم نم سے امید کامیابی کے موتی بکھرتے ہیں۔ بے شمار برکات ہیں، ہر کام میں پڑھنے سے برکت ہوتی ہے۔ صدق دل سے پڑھنے والا کبھی محتاج نہیں ہوتا۔ کثرت کے ساتھ ذکر کرنے سے عالم علوی، عالم سفلی میں باعظمت اور پرسکون وشادمان ہوتا ہے۔ ہر مشکل و پریشانی کا حل صدق دل میں پڑھنے سے ہے، بیماروں کیلئے شفا، بیروزگاری کیلئے روزگار اور قلبی سکون۔

محتاج سے غنی اور بے اولاد سے صاحب اولاد بن جاتا ہے۔ بسم اللہ قرآن کریم کی کنجی ہے۔ کلام پاک کی ابتدا اسی سے ہوتی ہے۔ حضرت آدم علیہ السلام کے کثرت سے پڑھنے سے توبہ قبول ہوئی۔ حضرت نوح علیہ السلام کی کشتی کنارے لگی۔ حضرت ابراہیم علیہ السلام کیلئے آگ گلزار بنی۔ حضرت موسیٰ علیہ السلام کو فرعون پر غلبہ حاصل ہوا۔ حضرت سلیمان علیہ السلام کی حکومت بسم اللہ کی برکت سے قائم ہوئی۔ حضور سرور کائنات ﷺ کو بسم اللہ کی برکت سے فتح عظیم ومبین حاصل ہوئی۔ بسم اللہ میں اللہ تعالیٰ کے اسم اعظم کا راز ہے۔

بسم اللہ کے 19 حرف، جہنم کے انیس فرشتوں سے نجات کا ذریعہ ہیں اور اللہ تعالیٰ 19 حرف کے اسرار سے مستفید فرماتا ہے۔ بسم اللہ مفتاح خزانہ قرآن ہے۔

دعا کی قبولیت کیلئے

رسول کریم ﷺ کا ارشاد ہے کہ ایسی کوئی دعا رد نہیں ہوتی جس کے آغاز میں **بسم اللہ** ہو۔ **اللہ رحمٰن** ہے اس کی رحمت دو جہانوں کے لیے ہے۔ اللہ تعالیٰ رحیم ہے کہ اس کی رحمت دلوں پر ہے۔ اللہ رحمٰن ہے وہ پریشانیاں دور فرماتا ہے مزید وہ رحیم ہے گناہ معاف فرماتا ہے۔ نعمتیں عطا کرنے والا رحمٰن ورحیم ہے بسم اللہ میں **"با"** کے اندر اللہ کے 16 اسمائے حسنیٰ کا اسرار مضمر ہے۔

مثلاً بَارِیٌ 213 آتشی مزاج، بَصِیْرُ عدد 302 جمالی خاکی یُسْرُ عدد 202 جمالی خاکی بَاعِثُ عدد 73 آتشی بَاسِطُ عدد 72 جمالی بادی، باقی عدد 113 مزاج جمالی عنصر آبی ہے۔ س میں بھی 6 اسرار اسمائے حسنیٰ ہے اور م میں 12 ہیں۔ یااللہ، یارحمٰن، یارحیم کا بکثرت ذکر دافع مشکلات و باعث برکات رحمت ومغفرت مسرت وشادمانی اور کامرانی کا زینہ ہے۔

دافع مشکلات کا حل

ارشاد سرکار مدینہ ﷺ ہے کہ بسم اللہ کو اللہ تعالیٰ نے ہر مرض کی شفا، ہر دوا کی معاون، ہر فرد کیلئے تونگری، جہنم سے چھٹکارا اور دافع مشکلات ہے۔ بسم اللہ کے چار کلمے ہیں اور گناہوں کی اقسام چار ہیں۔ (1) پوشیدہ گناہ (2) ظاہری گناہ، (3) دن کے گناہ (4) رات کے گناہ۔ خلوص دل سے پڑھنے سے اللہ تعالیٰ چاروں قسم کے گناہوں کو مٹا دیتا ہے۔ ہر کام کے آغاز اور کھانا کھانے سے قبل پڑھنی چاہیے تاکہ اللہ کی رحمت شامل رہے۔ (ڈاکٹر شوکت شاہین خانیوال)

روحانی کیفیت

قارئین! آپ بھی اپنی روحانی کیفیت تحریر کریں۔ لاکھوں لوگ آپ سے استفادہ حاصل کریں گے۔ یہ بھی صدقہ جاریہ ہے

سورہ واقعہ کو روزی میں آسانی میں خاص دخل ہے اور اس کو دوام سے پڑھنے والے کو اللہ پاک فراخی رزق عطا کرتے ہیں اور فاقہ وتنگ دستی سے بچاتے ہیں۔ ایک عرصہ سے بندہ نے بلاناغہ اس کی تلاوت کا معمول بنا رکھا ہے۔ الحمدللہ اس کی برکت سے کبھی فاقہ وتنگ دستی نہیں دیکھی۔ ایک دفعہ جگہ خریدنے کا ارادہ تھا مگر ذاتی مال سے یہ ممکن نہ تھا۔ ایک دوست نے ایک دن خود مجھ سے کہا کہ تمہیں کوئی جگہ خریدنی ہو تو بتانا کچھ میں قرض کے طور پر دے سکتا ہوں۔ جب آسانی ہو لوٹا دینا حالانکہ اس کو میرے اس ارادے کا علم نہ تھا۔ اللہ نے اس سورۃ کی برکت سے بہت آسانی فرمائی۔

ایک صحابی رسول ﷺ دنیا سے تشریف لے جا رہے تھے کسی نے پوچھا کہ آپؓ کی بیٹیاں ہیں ان کیلئے آپؓ کیا چھوڑ کر جا رہے ہیں تو فرمایا میں نے ان کو سورۃ واقعہ سکھا دی ہے، مجھے ان کی تنگ دستی کا کوئی ڈر نہیں، نہ یہ کبھی فاقہ دیکھیں گی۔

بچے کی ولادت کا مسئلہ درپیش تھا ڈاکٹر نے بھی آپریشن تجویز کیا جس پر اندازاً 25 ہزار روپے کی رقم درکار تھی۔ ایک آدمی نے مجھے بلایا اور مجھے میرے ہی شعبے کا کوئی کام کرنے کو دے دیا۔ کام کچھ بڑا بھی نہ تھا، میں نے دو تین دن میں مکمل کر کے دے دیا۔ اس نے اس کام کے 20 ہزار روپے مجھے دے دیئے۔ اس طرح آپریشن کی پریشانی سے اللہ نے اس سورۃ کی برکت سے نجات عطا فرمائی۔ اب صورت حال یہ ہے کہ اس سورۃ کو پڑھنے کے بعد دل میں ایک سکون، اطمینان اور تسلی سی رہتی ہے کہ اس کی برکت سے ان شاء اللہ رزق میں تنگی نہیں ہوگی (ان شاء اللہ)۔

(ابوحذیفہ راولپنڈی)

سعادت مند اولاد

شادی کے بعد جب اللہ تعالیٰ خوشی کا دن دکھائیں اور اولاد کی امید ہو جائے تو صبح وشام سو مرتبہ **"یَا قُدُّوْسُ"** پڑھ کر ماں اپنے پیٹ پر پھونک مارے۔ بچہ خوش اخلاق، باکردار، خوبصورت اور والدین کا فرمان بردار پیدا ہوتا ہے۔ اللہ تعالیٰ کے اس نام کی برکت سے یہ بچہ ایسے اوصاف کا حامل ہوتا ہے کہ معاشرہ میں اسے عزت کی نگاہ سے دیکھا جاتا ہے۔ (بیگم منظور۔ حویلی لکھا)

ہر مقصد کیلئے وظیفہ: ہر مقصد کے حصول کیلئے اَلصَّلٰوۃُ وَالسَّلَامُ عَلَیْکَ عَلٰی رَسُوْلِ اللّٰہِ ایک ہزار بار پڑھ کر دعا مانگا کریں ہر وقت ورد میں رکھیں۔

معاشی اور جسمانی مشکلات سے نجات

اگر آپ نے ہر قسم کی بیماری سے شفا حاصل کرنی ہو تو (۷ یا۱۱) دفعہ سورۃ الانعام کی آیت نمبر 17 کو جس جگہ تکلیف ہو وہاں ہاتھ رکھ کر پڑھ لو اور تھتکلا دو (تھو تھو کر دو)۔ ان شاء اللہ تکلیف سے نجات مل جائے گی۔
(کامران خان، گلگت)

بسم اللہ الرحمٰن الرحیم۔

زیارت رسول مقبول ﷺ نصیب ہو

اِنَّ اللّٰہَ وَمَلٰٓئِکَتَہٗ یُصَلُّوْنَ عَلَی النَّبِیِّ ط یٰٓاَیُّھَا الَّذِیْنَ اٰمَنُوْا صَلُّوْا عَلَیْہِ وَسَلِّمُوْا تَسْلِیْمًا

بے شک اللہ تعالیٰ اور اس کے فرشتے رحمت بھیجتے ہیں ان پیغمبر ﷺ پر۔ اے ایمان والوتم بھی آپ ﷺ پر رحمت بھیجا کرو اور خوب سلام بھیجا کرو۔ (پارہ۲۲ سورۃ الاحزاب آیت نمبر۵۶)

جو شخص حضور ﷺ سے ہم کلام ہونے کا یا ان کی زیارت کا خواہش مند ہو وہ رات کو سوتے وقت اس آیت کی ایک تسبیح بلا ناغہ پڑھے۔ ان شاء اللہ جلد ہی خواہش پوری ہو جائے گی۔

موذی جانور یا دشمن سے خوف ہو:

"صُمٌّ بُکْمٌ عُمْیٌ فَھُمْ لَا یَرْجِعُوْنَ" (پارہ ا سورۃ البقرہ آیت نمبر۱۸) "ترجمہ بہرے ہیں گونگے ہیں اندھے ہیں سو یہ اب رجوع نہ ہوں گے۔"

اگر راستہ میں کسی موذی جانور یا دشمن سے خوف محسوس ہو تو (۷) دفعہ اس پر مذکورہ آیت پڑھ کر پھونکیں۔

درد اور بیماری سے شفا کیلئے:

"وَاِنْ یَّمْسَسْکَ اللّٰہُ بِضُرٍّ فَلَا کَاشِفَ لَہٗٓ اِلَّا ھُوَ ط وَاِنْ یَّمْسَسْکَ بِخَیْرٍ فَھُوَ عَلٰی کُلِّ شَیْءٍ قَدِیْرٌ" (پارہ۷ سورۃ الانعام آیت نمبر۱۷)

"اور اگر تجھ کو اللہ تعالیٰ کوئی تکلیف پہنچا دیں تو اس کو دور کرنے کو سوائے اللہ تعالیٰ کے اور کوئی نہیں اور اگر تجھ کو کوئی نفع پہنچاویں تو وہ ہر چیز پر پوری قدرت رکھنے والے ہیں۔"

اگر آپ کو ہر قسم کی بیماری سے شفا حاصل کرنی ہو تو (۷ یا۱۱) دفعہ مذکورہ آیت کو جس جگہ تکلیف ہو وہاں ہاتھ رکھ کر پڑھ لو اور تھتکلا دو (تھو تھو کر دو)۔ ان شاء اللہ تکلیف سے نجات مل جائے گی۔

رزق کی تنگی اور کسی خاص چیز کے حصول کیلئے:

"رَبَّنَآ اَنْزِلْ عَلَیْنَا مَآئِدَۃً مِّنَ السَّمَآءِ تَکُوْنُ لَنَا عِیْدًا لِّاَوَّلِنَا وَاٰخِرِنَا وَاٰیَۃً مِّنْکَ ج وَارْزُقْنَا وَاَنْتَ خَیْرُ الرّٰزِقِیْنَ۔" (پارہ۷ سورۃ المائدۃ آیت نمبر۱۱۴)

"اے ہمارے پروردگار ہم پر آسمان سے کھانا نازل فرمائیے کہ وہ ہمارے لئے یعنی ہم میں جو اول ہیں اور جو بعد ہیں سب کیلئے ایک خوشی کی بات ہو جائے اور آپ کی طرف سے ایک نشان ہو جاوے اور آپ ہم کو عطا فرمائیے اور آپ سب عطا کرنے والوں سے اچھے ہیں۔" اگر آپ رزق کی تنگی سے پریشان ہیں یا کسی خاص چیز کے کھانے کی حاجت ہو تو مذکورہ آیت کو (۷) دفعہ پڑھ کر آسمان کی طرف پھونکیں۔ خبردار۔ دعا پوری ہونے کے بعد اللہ کا شکر ادا کرنا۔

دل کی گھبراہٹ دور ہو:

"اَلَّذِیْنَ اٰمَنُوْا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوْبُھُمْ بِذِکْرِ اللّٰہِ ط اَلَا بِذِکْرِ اللّٰہِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوْبُ" (پارہ۱۳ سورۃ الرعد آیت نمبر۲۸) "مراد اس سے وہ لوگ ہیں جو ایمان لائے اور اللہ کے ذکر سے ان کے دلوں کو اطمینان ہوتا ہے۔ خوب سمجھ لو کہ اللہ کے ذکر سے دلوں کو اطمینان ہو جاتا ہے۔"

اگر آپ کو دل کی گھبراہٹ اور بیماری دور کرنی ہو تو (۴۱) بار پانی پر سورۃ الرعد کی آیت نمبر۲۸ دم کر کے پی لو۔

مقدمہ میں کامیابی کیلئے:

"وَقُلْ جَآءَ الْحَقُّ وَزَھَقَ الْبَاطِلُ ط اِنَّ الْبَاطِلَ کَانَ زَھُوْقًا" "اور کہہ دیجئے کہ حق آیا اور باطل گیا گزرا ہوا (اور) واقعی باطل چیز تو یونہی آتی جاتی رہتی ہے۔" (سورۃ بنی اسرائیل آیت نمبر 81) اگر آپ کو مقدمہ میں کامیابی حاصل کرنی ہو تو روزانہ کسی نماز کے بعد (۱۳۳) دفعہ مذکورہ آیت پڑھ لو اگر حق پر ہو تب پڑھو، ورنہ ناحق پڑھنے والا خود مصیبت میں گرفتار ہو سکتا ہے۔

غصہ دفع کرنے کیلئے:

"وَالْکٰظِمِیْنَ الْغَیْظَ وَالْعَافِیْنَ عَنِ النَّاسِ ط وَاللّٰہُ یُحِبُّ الْمُحْسِنِیْنَ۔"

(بقیہ: صفحہ نمبر 38 پر)

اسلام اور رواداری

پیغمبر اسلام کا غیر مسلموں سے حسن سلوک

قسط نمبر 23

(ابن زیب بھکاری)

بحیثیت مسلمان ہم جس بااخلاق نبیؐ کے پیروکار ہیں ان کا غیر مسلموں سے مندرجہ ذیل سلوک کیا تھا ہم اپنے گریبان میں جھانکیں، ہمارا عمل، سوچ اور جذبہ غیر مسلموں کے بارے میں کیا ہے؟ فیصلہ آپ خود کریں۔

رحمتِ عالم ﷺ کی ایک شانِ رحمت یہ تھی کہ آپ ﷺ نے قرابت دار قیدیوں کو ایک دوسرے سے علیحدہ کرنے کی ممانعت فرمادی۔ ایک گھرانے یا خاندان کے تمام ارکان کو ایک ہی جگہ ٹھہراتے اور یہ گوارا نہ فرماتے کہ کسی گھرانے کے افراد اپنے اقرباء سے علیحدہ ہو جائیں۔ (ابن ماجہ) اس سے یہ فائدہ ہوتا تھا کہ باپ بیٹا، بہن بھائی، شوہر بیوی، اکٹھے رہ کر مسرور و شاداں اور ایک دوسرے سے مانوس رہتے۔ وہ جن صحابہؓ کو تقسیم کیے جاتے وہ اُن کے لیے گھر کے دوسرے افراد کی حیثیت رکھتے۔ چنانچہ صحابہؓ کی پاکیزگیٔ اخلاق کے باعث یہ مجلس ان اسیروں کے لیے بہترین تربیت گاہ ثابت ہوئی۔

غزوۂ روم کے ایام میں بہت سے قیدی کسی مسلمان افسر کی نگرانی میں بحری سفر کر رہے تھے۔ حضرت ابو ایوب انصاریؓ وہاں سے گزرے تو دیکھا کہ ایک قیدی عورت زار و قطار رو رہی ہے۔ حضرت ابو ایوب انصاریؓ نے اس کے رونے کا سبب دریافت کیا تو بتایا گیا کہ اس کا بچہ اس سے چھین لیا گیا ہے۔ حضرت ابو ایوب انصاریؓ بذاتِ خود گئے اور لڑکے کو لا کر عورت کے حوالے کر دیا۔ افسر نے امیر المومنینؓ سے اس کی شکایت کی۔ وہاں سے باز پرس ہوئی تو انہوں نے جواب دیا کہ شفیق عالم ﷺ نے اس ظالمانہ طریقہ کی بڑی سختی سے ممانعت فرمائی ہے۔ (مسند امام احمد) آپ ﷺ نے اس شخص پر لعنت کی جو باپ اور اس کے بیٹے میں اور دو بھائیوں کے درمیان جدائی ڈالے (مشکوٰۃ بحوالہ ابن ماجہ و دار قطنی)

یاد رہے کہ پہلے زمانہ میں عرب اور اس کی ملحقہ سرزمینوں کے غیر مسلموں کے حالات پڑھنے سے معلوم ہوتا ہے یہ رواج تھا کہ وہ بسا اوقات اپنے اہل و عیال اور مال مویشی کو بھی

(بقیہ: صفحہ نمبر 38 پر)

درد سر کیلئے: ذرا سا نمک کھائیے اور پھر اس کے دس منٹ بعد ٹھنڈا پانی پی لیجئے، بہت جلد شفا نصیب ہوگی۔

آپ کا خواب اور تعبیر

دشمن کے ذریعے فائدہ

خواب: میں نے دیکھا کہ ایک بہت بڑا کالا سانپ ہے۔ جس کا سر بھی بہت بڑا ہے۔ اسے میں نے پکڑا ہوا ہے اور ایک عجیب سا چھرا میرے ہاتھ میں ہے اور میں اس سے اس کے ٹکڑے کر رہی ہوں لیکن تھوڑی سی گردن اور سر باقی رہ گیا ہے۔ بہت بڑا سانپ ہے جو اپنے آپ کو چھڑانے کی کوشش کر رہا ہے۔ اب اس کی گردن اور سر ہاتھ میں ہے اور صحن میں میرے ابا جی بیٹھے ہیں جو کہ اب اس دنیا میں نہیں ہیں۔ تو میں اپنے ابو کے پاس جا کر سانپ کو پھینک دیتی ہوں کہ ابا جی میں تھک گئی ہوں، اس کو پکڑیں۔ وہ ایک دم رینگ کر تیزی سے سٹور میں گھس جاتا ہے۔ میرا چھوٹا بھائی اس کے پیچھے بھاگتا ہے پھر میرے بیٹے نے آواز دی اور میری آنکھ کھل گئی۔ (راشدہ امین' کراچی)

تعبیر: آپ کے خواب میں دو اشارے ہیں۔ ایک یہ کہ آپ کا دشمن مغلوب اور ناکام ہوگا اور آپ کا ہرگز کچھ نہیں بگاڑ سکے گا۔ دوسرا یہ کہ آپ کو اپنے دشمن کے ذریعے بہت بڑا مالی فائدہ پہنچے گا بشرطیکہ آپ اپنے والد مرحوم کو برابر ایصال ثواب کرتی رہیں اور اس میں ہرگز کوتاہی نہ کریں۔ آپ روزانہ سورۂ واقعہ کی تلاوت کیا کریں' انشاء اللہ بہت نفع ہوگا۔

جادو کا علاج کروائیں

خواب: میں بس میں بیٹھ کر کہیں جا رہی ہوں' میرے ساتھ میری بڑی بہن بھی ہے اور ساتھ میں 6 سال کا ایک بیٹا بھی۔ کسی زیارت پر جا رہے ہیں کون سی جگہ ہے یہ پتہ نہیں۔ اتنا بتا دوں کہ میرے دو بیٹے اور ایک بیٹی فوت ہو چکے ہیں۔ زیارت پر ایک عورت بیٹھی دم کر رہی ہے۔ کیا دیکھتی ہوں کہ میرا ایک بیٹا جس کی عمر ڈیڑھ سال تھی اس کے کپڑے ایک چارپائی کے نیچے پڑے ہوئے ہیں۔ اتنے میں میری ایک خالہ وہاں آ جاتی ہے میں اس کو کہتی ہوں کہ یہ سب کپڑے تم لے لو تو وہ سب کپڑے لے لیتی ہے۔ جس جگہ وہ عورت دم کر رہی ہوتی ہے وہاں بہت رش ہوتا ہے۔ ایک اور عورت کو میں رو رو کر بتاتی ہوں کہ میرے تین بچے فوت ہو گئے ہیں اللہ رکھے بس اب ایک ہی بیٹا ہے وہ کہتی ہے تم پر کسی نے جادو کروایا ہوا ہے۔ ایک مٹی کے ٹیلے پر اور وہاں تالا بند کیا ہوا ہے۔ سب کے چلے جانے کے بعد وہ عورت میرے لیے کچھ کلام لکھتی ہے، شاید زعفران سے پھر خوب تیز ہوا چلنے لگتی ہے تو وہ آدھا کلام چھوڑ کر اپنے بیٹوں کے ساتھ آرام کرنے چلی جاتی ہے۔ میں باہر نکلتی ہوں خوب تیز بارش ہو رہی ہے۔ ایک لڑکا سیڑھی دھو رہا ہوتا ہے۔ میں کہتی ہوں کہ میں نے اوپر جانا ہے، وہ کہتا ہے کہ اس عورت کے آرام کا ٹائم ہے۔ پھر بھی میں اوپر چلی جاتی ہوں، وہ عورت انکار کر دیتی ہے۔ میں واپس گھر آ جاتی ہوں، بارش کی وجہ سے وہ دونوں کاغذ بھیگتے ہیں لیکن کلام اس پر سے مٹتا نہیں ہے۔ (ثمینہ احمد' پشاور)

تعبیر: اگر آپ کسی پریشانی میں گرفتار ہیں تو یہ سب کچھ سحر کے زیر اثر ہے کیونکہ جادو کے اثرات سے تکلیف کا پہنچ جانا برحق ہے۔ اس لیے اس کا علاج کسی ماہر فن مخلص شخص سے کروائیں اور پیشہ وروں سے ہوشیار رہیں۔ انشاء اللہ آپ کی تکلیف دور ہو جائے گی نیز آپ کی بہن کو کوئی مالی فائدہ پہنچنے کا اشارہ ہے' واللہ اعلم۔

موزوں رشتہ

خواب: میں نے دیکھا کہ امی مجھ سے پوچھ رہی ہیں کہ تم نے کیا دیکھا۔ خواب میں قرآنی آیت سناتی ہوں۔ آیت سن کر وہ ایک دم خوش ہو جاتی ہیں پھر کہتی ہیں اب میں مطمئن ہوں۔ (عصمت محمود' ڈیرہ غازی خان)

تعبیر: آپ کے خواب کے مطابق آیا ہوا یہ رشتہ بہت موزوں ہے۔ اس سے انکار درست نہیں انشاء اللہ یہ رشتہ بہت اچھا ثابت ہوگا۔

خاتمہ بالخیر کی علامت

خواب: میری سہیلی نے دیکھا کہ وہ میرے شہر میں آتی ہے تو ایک بڑے سے گراؤنڈ میں میرا مزار بنا ہوا ہے اور ہلکی ہلکی بارش بھی ہو رہی ہے۔ میری دوست میری قبر پر سورۂ یٰسین اور چند دوسری سورتیں رکھتی ہے اور خوب روتی ہے پھر وہ اپنے گھر والوں سے میرے بارے میں پوچھتی ہے۔ وہ اسے بتاتے ہیں کہ تمہاری دوست فوت ہو گئی ہے۔ (ح' ر' میانوالی)

تعبیر: ماشاء اللہ بہت مبارک خواب ہے اور آپ کی نیکیوں کے قبول ہونے کی بشارت اور گناہوں کی معافی کا اشارہ ہے۔ نیز خاتمہ بالخیر کی علامت ہے، اللہ آپ کو آپ کی نیکی کی برکت سے اولیاء اللہ کا ساتھ نصیب فرمائیں گے۔ اس لیے آپ اپنے نیک اعمال پر جمی رہیں۔ اللہ آپ کو استقامت دے (آمین)

شکر کرنے کی کمی

خواب: میں سکول جاتی ہوں' وہاں اپنی مس کو دیکھ کر ان کی طرف بھاگتی ہوں۔ وہ ریاضی کا کام دیتی ہیں اور کہتی ہیں اس کو بیٹھ کر یاد کرو۔ میری ایک سہیلی بھی میرے ساتھ تھی۔ میں باہر جاتی ہوں تو معلوم ہوتا ہے کہ ایک برا آدمی آ گیا ہے۔ ہم ڈرتے ہیں لیکن وہ کہتا ہے میں کچھ نہیں کہوں گا۔ وہ اندر داخل ہوا تو ہم ڈر کر بھاگ جاتے ہیں، وہ ہمارے پیچھے آتا ہے۔ میں غسل خانے میں چھپ جاتی ہوں تب وہ اپنی کار میں بیٹھ کر چلا جاتا ہے۔ اس کے جانے کے بعد ہماری چھٹی ہو جاتی ہے تو کیا دیکھتی ہوں کہ کچھ فاصلے پر آگ لگی ہوئی ہے۔ میں اپنی ہمسائی سے پوچھتی ہوں کہ یہ کیا ہے؟ وہ کہتی ہیں کہ ڈرو مت۔ خدا کی نعمت ہے اور پاؤں رکھتی ہے تو اس کے پاؤں کو کچھ نہیں ہوتا۔ پھر میں رکھتی ہوں۔ اس کی بہن پانی میں سے گزر جاتی ہے۔ پھر وہ اپنے کپڑے ٹھیک کرتی ہے تو میری آنکھ کھل جاتی ہے۔ (خالدہ امین)

تعبیر: آپ میں شکر کرنے کی نہایت کمی ہے۔ اس کی اصلاح کی فکر کریں جس سے آپ دنیاوی نقصانات سے بھی بچ جائیں گی۔ اللہ آپ کا حامی وناصر ہو!

کامیابی کی علامت

خواب: میں نے دیکھا کہ میں نے ایف اے کا امتحان دیا لیکن ایک مضمون رہ گیا۔ میں نے پرچہ دیا پھر خواب میں دیکھا کہ میرا رزلٹ آ گیا ہے اور میرے رول نمبر کے آگے "اے" لکھا ہے۔ میں حیران ہوں گھر کے سب لوگ کہہ رہے ہیں کہ تم نے بہت اچھے نمبر لیے ہیں۔ (شہناز' راولپنڈی)

تعبیر: یہ خواب آپ کے حق میں بہت بہتر ہے۔ امتحان میں کامیابی کی علامت ہے۔ البتہ نماز روزہ کی پابندی کرنے پر انشاء اللہ آخرت کے امتحان میں بھی کامیابی کی بشارت مل سکتی ہے۔

جو شخص لوگوں کا ممنون، احسان مند نہیں ہوتا وہ اللہ تعالیٰ کا بھی شکر ادا نہیں کرتا۔

قدرتی توانائی اور یوگا

بعض ماہرین کا خیال ہے کہ یوگا محض ورزش نہیں ہے وہ کہتے ہیں کہ ورزش کیلئے یوگا پر عمل کرنے کیساتھ ساتھ ضروری ہے کہ ورزش کرنے والا کسی مذہبی یا روحانی جذبے سے بھی اپنے آپ کو وابستہ رکھے۔ پاؤل ولڈش نے بھی اس خیال سے اتفاق کیا ہے۔

(اسد عباس، فیصل آباد)

مشرق کے بہت سے طور طریقے اپنی بعض خصوصیات کے باعث اب مغربی ملکوں میں بھی رواج پاتے جا رہے ہیں اور مختلف طبقوں کے لوگ جن میں معروف و مقبول شخصیات بھی شامل ہیں' انھیں اپنا رہے ہیں۔ ان میں علاج معالجے کے متبادل طریقوں اور جسمانی و ذہنی ورزشوں کا بھی خاصا حصہ ہے۔ فنگ شوئی' تائی چی' سوزن زنی (آکوپنکچر) اور یوگا کا تعلق زمانہ قدیم کے مشرق سے ہے جنہیں اب تیزی سے مغرب میں اپنایا جا رہا ہے۔ اس کا مقصد یہ ہے کہ موجودہ دور میں جو ذہنی اور جسمانی سکون انسان سے چھن گیا ہے اسے دوبارہ حاصل کیا جائے۔ ان طریقوں میں کسی کا تعلق فن حرب سے ہے' کسی کو لب سٹہ اور کسی کو مراقبے سے' لیکن کہا یہ جاتا ہے کہ ان سب کی بنیاد ''چی'' (Qi) کے قدیم فلسفے پر ہے۔ اس فلسفے کے ماننے والے کہتے ہیں کہ ''چی'' وہ توانائی ہے جو انسانی جسم کو توزان برقرار رکھنے میں مدد دیتی ہے۔ جب یہ توانائی جسم میں رواں دواں ہوتی ہے تو انسان جسمانی جذباتی اور روحانی طور پر توازن برقرار رکھتا ہے' لیکن جب اس توانائی کی روانی میں رکاوٹیں پیدا ہونے لگتی ہیں تو یہ توازن بگڑ جاتا ہے اور صحت وسکون میں بگاڑ پیدا ہو جاتا ہے۔

ریکی' سوزن زنی اور شیاتسو کے ذریعے سے توانائی کی راہ میں آنے والی رکاوٹوں کو دور کیا جا سکتا ہے اور جسمانی' جذباتی اور روحانی توازن کو بحال کیا جا سکتا ہے، جب کہ فنگ شوئی ایک ایسا فن ہے جو ہمارے اردگرد کے ماحول میں اس طرح کی تبدیلی لا سکتا ہے۔ یوگا جس کا تعلق ہندومت سے ہے اور ایک قدیم فلسفہ ہے' آجکل مغربی ممالک میں زیادہ مقبول ہے۔ اس کا مقصد بھی چی کے ذریعے سے جسم کے اردگرد کے ماحول میں توازن پیدا کرنا اور اسے قائم رکھنا ہے۔ چی کے ایک مغربی ماہر پاؤل ولڈش نے اپنی کتاب The Big Book of Chi میں اس توانائی کے علم کی ابتدا پانچ ہزار سال قبل بتائی ہے کہ جب ہندوستانی تہذیب کا آغاز ہوا تھا۔ پی کو زندگی کی بنیاد قرار دیتے ہوئے انہوں نے لکھا ہے کہ یہ نظام ہمیں اپنا خیال رکھنا اور اپنی زندگی کے مثبت اور منفی پہلوؤں کے درمیان ایک مربوط توازن برقرار رکھنا سکھاتا ہے۔

ایک برطانوی تنظیم برٹش وہیل آف یوگا کا دعویٰ ہے کہ وہاں اندازاً تین لاکھ افراد باقاعدگی سے یوگا کی مشق کرتے ہیں۔

''یوگا'' اور چینی طریقے ''تاؤ'' کے ملاپ سے چی کا جو نظام سامنے آیا ہے وہ برطانیہ اور بعض دوسرے ملکوں میں بہت مقبولیت حاصل کر رہا ہے۔

یوگا میں آہستہ آہستہ حرکت کر کے کوئی انداز یا کوئی آسن اختیار کر لیا جاتا ہے جو سیکڑوں آسنوں میں سے ایک ہے۔ ہر آسن کا تعلق گہرے سانس سے ہوتا ہے۔ بعض آسن اور گہرے سانس میں ایک ہم آہنگی پیدا ہو جاتی ہے۔ جو لوگ پابندی سے یوگا کی مشق کرتے ہیں ان کا دعویٰ ہے کہ ان آسنوں کی مشق اور گہرے سانس لینے سے دباؤ کم ہوتا ہے' جسمانی لچک میں اضافہ ہوتا ہے۔ مجموعی صحت بہتر ہوتی ہے اور جسم میں چی کی قدرتی سطح اپنے عروج پر پہنچ جاتی ہے۔

بعض ماہرین کا خیال ہے کہ یوگا محض ورزش نہیں ہے۔ وہ کہتے ہیں کہ ورزش کیلئے یوگا پر عمل کرنے کے ساتھ ساتھ ضروری ہے کہ ورزش کرنے والا کسی مذہبی یا روحانی جذبے سے بھی اپنے آپ کو وابستہ رکھے۔ پاؤل ولڈش نے بھی اس خیال سے اتفاق کیا ہے۔ مصنف کا خیال ہے کہ لوگ ان مشرقی طریقوں کی طرف اس لیے متوجہ ہو رہے ہیں کہ وہ اپنے ذہن کی بھی اس قدر اصلاح چاہتے ہیں جتنی کہ جسم کی۔

ہیئر پاؤڈر

ہیئر آئل کی طرح ہیئر پاؤڈر بھی اپنی مثال آپ ہے۔ یہ بھی سر کی خشکی اور خارش کو دور کرنے میں اہم کردار ادا کرتا ہے۔ اس کے علاوہ ہیئر پاؤڈر کو طب نبوی ﷺ آئل کے ساتھ چنبل، خارش، الرجی، جلد کے پرانے زخم، خارش کے پرانے زخم، شوگر کے پرانے زخم پر بھی لگانے سے فائدہ ہوتا ہے۔ ہمارے علاقے میں ایک آدمی ہیئر پاؤڈر کو کیپسول میں بھر کر لوگوں کو خارش اور الرجی کے لیے دیتا ہے۔

(ماسٹر ہارون الرشید۔ آزاد کشمیر)

زندگی کا مقصد

جو صاحب ہمیں یہ واقعہ سنا رہے تھے کہنے لگے کہ ان کی زندگی کا مقصد ہی یہی تھا جب ان کی زندگی کا مقصد پورا ہو گیا تو وہ اللہ کو پیارے ہو گئے

(شہزاد مجذوبی کراچی)

میرے دوست کے والد صاحب کی اچانک طبیعت خراب ہوئی اور انہیں آغا خان ہسپتال کے شعبہ ایمرجنسی میں لے کر جانا پڑا۔ دوست نے مجھے اور چند اور دوستوں کو بلا لیا۔ ہم تین دوست انتظار گاہ میں بیٹھے ہوئے تھے اور باتیں کر رہے تھے۔ اسی اثناء میں ہمارے سامنے ایک نوجوان آیا جو کہ نیکر اور شرٹ پہنے ہوئے تھا چہرے پر داڑھی اور مونچھیں نہیں تھیں اور بال بہت بڑے تھے کہ اس نے پیچھے سے چٹیا بنائی ہوئی تھی ہم اسے دیکھ کر بہت حیران ہوئے اور آپس میں تبصرہ کرتے ہوئے کہنے لگے کہ ''یہ کیا ہے؟'' ایک نے کہا کہ ''اس کا شمار کن میں ہوتا ہے؟'' خیر ہم خاموش ہو گئے۔ ہمارے ساتھ ایک صاحب بیٹھے ہوئے تھے جو باریش تھے ان کی عمر 35 سال سے 40 سال کے لگ بھگ ہو گی اور سامنے ایک خاتون بیٹھی رو رہی تھیں ان کا کوئی عزیز بھی وہیں شعبہ ایمرجنسی میں تھا۔

وہ صاحب ہم سے کہنے لگے کہ اگر آپ کسی کو روتا ہوا دیکھیں تو اسے دلاسہ دیں ہو سکتا ہے کہ یہی آپ کی زندگی کا مقصد ہو اور یہ سنت بھی ہے۔ پھر کہنے لگے کہ ہمارے ہاں ایک صاحب تھے ان کی والدہ کا انتقال ہو گیا۔ ان صاحب نے اپنی والدہ کی وفات کے بعد ان کے ایصال ثواب کیلئے ایک مسجد و مدرسہ تعمیر کرایا اور بہت اچھا کرایا۔ جب اس مسجد و مدرسہ کی تعمیر مکمل ہو گئی تو ان صاحب نے اپنے تمام رشتے داروں اور عزیزوں کو اکٹھا کیا اور مسجد دکھانے لے گئے۔ اس مسجد میں پہلی اذان مغرب کی ہوئی۔ جب سب لوگ مسجد و مدرسہ دیکھ چکے تو ان صاحب نے پوچھا کہ ''ہاں بھئی! اگر اس میں کوئی کمی رہ گئی ہو تو بتا دیں ہم اس کو پورا کر دیں''۔ سب نے کہا کہ نہیں ماشاء اللہ سب بہت خوبصورت ہے۔ یہ سن کر وہ صاحب پیچھے پلٹے اور پلٹتے ہی ''نیچے گر گئے اور اللہ کو پیارے ہو گئے''۔ جو صاحب ہمیں یہ واقعہ سنا رہے تھے کہنے لگے کہ ان کی زندگی کا مقصد ہی یہی تھا جب ان کی زندگی کا مقصد پورا ہو گیا۔

(بقیہ صفحہ نمبر 37 پر)

قارئین کی خصوصی تحریریں

قارئین کے لیے محمد نعمان احسن، ڈسکہ کے مشاہدات اور آزمودہ عملیات

آیۃ الکرسی کا عمل:۔

یہ عمل میں نے مولانا مسعود اظہر کی کتاب میں پڑھا اور اللہ کی توفیق سے عمل بھی کیا۔ اللہ تعالیٰ نے اپنے فضل وکرم سے فوری شفا نصیب فرمائی۔ بڑا ہی زبردست عمل ہے، جادو، ٹونے شیطانوں کے اثرات، آسیب کے لیے مجرب ہے اور ہر قسم کے ذہنی دباؤ کے لیے آزمودہ:

اول درود شریف:3 دفعہ، سورۃ فاتحہ:3 دفعہ
آیۃ الکرسی:3 دفعہ، سورۃ اخلاص:3 دفعہ
سورۃ فلق:3 دفعہ، سورۃ والناس:3 دفعہ

آخر میں درود شریف:3 دفعہ پڑھ کر دونوں ہاتھوں میں پھونک مار کر سامنے چہرے پر سے شروع کر کے پورے جسم پر جہاں پر آپ کا ہاتھ جائے پھیرلیں، ان شاء اللہ فوری اثر ہوگا۔ پانی پر پھونک مار کر بھی پییں اور مریض کو بھی پلائیں۔ بعض مشائخ اس میں سورۃ الکافرون کا بھی اضافہ فرماتے ہیں۔

ہر قسم کے جادو اور پریشانیوں کے لیے:

نمازِ فجر اور مغرب کے بعد سورۃ بقرہ کی آخری آیات یعنی آخری رکوع 3 مرتبہ بعد سورۃ توبہ کی آخری دو آیات 21 مرتبہ اول آخر 7 دفعہ درود شریف پڑھیں، اللہ تعالیٰ سے دعا کریں، بارہا کا آزمودہ نہایت مجرب ہے۔ شیطانی اثرات، آسیب، جادو کے توڑ کا حتمی علاج ہے۔

شفاء یابی کے لیے:

صبح نمازِ فجر اور نمازِ مغرب کے بعد اول آخر درود شریف 3 مرتبہ، سورۃ فلق 11 مرتبہ، سورۃ والناس 11 مرتبہ، پڑھ کر دونوں ہاتھوں پر پھونک مار کر پورے جسم پر پھیرلیں۔ جب یہ عمل کیا اللہ پاک نے مجھے شفا نصیب فرمائی۔ کم از کم 90 دن کریں۔

آسیب زدہ کا آزمودہ، فوری اثر والا عمل:

مریض کے داہنے کان میں اذان دیں اور بائیں کان میں اقامت کہیں فوری عمل ہوگا۔ بارہا کا میرا خود آزمودہ ہے۔ اس کو اوپر والے عمل کے ساتھ آیۃ الکرسی والے عمل کے ساتھ ملا کر کریں تو اور بھی زیادہ اثر کرتا ہے۔

چار زبردست آیات:

اللہ تعالیٰ نے اپنے خصوصی فضل وکرم سے آپ ﷺ کے اوپر اپنے عرش سے 4 آیات خصوصی طور پر اتاری تھیں۔ یقین کامل، توجہ دھیان سے پڑھنے سے اللہ تعالیٰ کا خصوصی فضل و کرم ہوجاتا ہے۔ ہر مسئلہ کے لیے مکمل توجہ سے پڑھیں۔

1۔ سورۃ فاتحہ.......... ہر قسم کی بیماری یا حاجت کے لیے پڑھیں (نمازِ فجر کی سنت اور فجر کے فرض کے درمیان) اول آخر 11 مرتبہ درود شریف 41 مرتبہ **بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ** کی میم کے ساتھ سورۃ فاتحہ ملا کر 41 دن پڑھیں۔

2۔ سورۃ بقرہ کی آخری دو آیات.......... 21 مرتبہ اول آخر درود شریف 3 مرتبہ ہر قسم کی پریشانی کے لیے، توبہ کے لیے، اللہ تعالیٰ کی مدد لینے کے لیے پڑھیں۔

3۔ آیۃ الکرسی (100 مرتبہ نمازِ عشاء کے بعد تنہائی میں لائٹ بند کر کے پڑھیں) ہر قسم کے آسیب، جادو، ٹونہ وغیرہ کے اثرات رفع کرنے کے لیے پڑھیں۔

4۔ سورۃ کوثر.......... ہر قسم کے دشمن سے پناہ کے لیے:

اوپر والے عمل نمبر 2 اور 3 کیے ہوئے ہیں۔ ایک نومسلم انگریز خاتون کا واقعہ تھا۔ اس کے خاوند کو کینسر ہوگیا تھا۔ ڈاکٹر نے اس کو لاعلاج قرار دے دیا تھا۔ اس کے ہمسائے میں ایک مسلمان خاندان آباد تھا۔ انہوں نے ان کو یہ وظیفہ یا عمل بتایا تھا۔ اللہ کے فضل وکرم سے اس کے خاوند کی حالت چند دن بعد ہی بہتر ہوگئی۔ وہ اس کو دکھانے ڈاکٹروں کے پاس لے گئی۔ ڈاکٹروں نے اس کا بلڈ ٹیسٹ کیا تو حیران رہ گئے کہ اس کے ٹیسٹ کے اندر بہتری کی علامات پائی گئیں ہیں۔ انہوں نے خاتون سے دریافت کیا کہ ہم نے مکمل چیک کرنے کے بعد اس کو لاعلاج قرار دے دیا تھا۔ اب تم اس کو کونسی دوائی کھلا رہی ہو۔ خاتون نے جواب دیا کہ میں اس کو دوائی نہیں بلکہ اللہ پاک کا کلام پڑھ کر پانی پر پھونک مار کر پلا رہی ہوں۔ ڈاکٹروں نے مطالبہ کیا کہ کیا تم وہ پانی ہمیں لاکر دکھا سکتی ہو۔ تو خاتون نے ان کے ساتھ وعدہ کیا کہ ہاں کل جب میں صبح اس عمل کو کروں گی، تو پانی خاوند کو پلانے کے بعد تھوڑا سا بچا کر لے آؤں گی۔ اگلے دن حسبِ وعدہ وہ خاتون پانی لیکر ڈاکٹروں کی ٹیم کے پاس پہنچ گئی۔ ڈاکٹروں نے اس پانی کا لیبارٹری ٹیسٹ کیا اللہ کی توفیق سے اس پانی میں کینسر کو ختم کرنے والے جراثیم پیدا ہو چکے تھے۔ اللہ کے فضل وکرم سے اس خاتون کے خاوند کو شفا نصیب ہوگئی۔ خاتون کہتی ہے کہ جب میرے خاوند کو ڈاکٹروں نے جواب دیا تو میں بہت زیادہ پریشان تھی کہ ہمسائے میں رہنے والے مسلمان خاندان کے سربراہ نے پریشانی کے بارے میں پوچھا تو خاوند کی کیفیت کے بارے میں بتایا۔ بھائی صاحب نے مجھے اسلام کی تعلیم دی، اللہ پر بھروسہ کرنے کا کہا، ساتھ مسلمان ہونے کی دعوت دی، میں اللہ کی توفیق سے مسلمان ہوئی پھر انہوں نے یہ عمل مجھے بتایا اور عرض کیا کہ یقین کامل کے ساتھ پڑھیں۔ اللہ کے فضل وکرم سے اس کی دی ہوئی توفیق سے عمل کے بعد میں اللہ تعالیٰ سے گڑگڑا کر خاوند کی صحت یابی کے لیے دعا مانگتی تھی۔ اللہ پاک نے خصوصی فضل کیا اب میرا خاوند بالکل ٹھیک ہے۔

حل المشکلات کے لیے نہایت مجرب ہے:

(1) میں نے قدرت اللہ شہاب کی کتاب شہاب نامہ میں سے دو عمل پڑھے اور عمل بھی کیا اللہ کے فضل سے ان کے اثرات بھی ظاہر ہوئے۔

اوّل گیارہ دفعہ درود شریف پڑھیں پھر سورۃ مزمل پڑھیں جب آیت نمبر 9 ''**رَبُّ الْمَشْرِقِ وَ الْمَغْرِبُ**'' پر پہنچیں تو پوری آیت پڑھ کر 41 مرتبہ ''**حَسْبُنَا اللّٰهُ وَ نِعْمَ الْوَكِيْلُ** o'' پڑھیں پھر باقی کی سورۃ مکمل پڑھیں۔ اس کو اگر ہو سکے تو 11 مرتبہ روزانہ کسی ایک ٹائم پڑھیں۔ اگر نہ پڑھ سکیں تو 3,5,7,9 مرتبہ پڑھ کر دعا کریں۔ اللہ پاک آسانی کرے گا (ان شاء اللہ)۔ میں نے خود آزمایا ہوا ہے۔

(2) دوسرا عمل جو میں نے شہاب نامہ میں پڑھا اور عمل بھی کیا۔ اللہ تعالیٰ کے فضل سے بہترین پایا۔ قبولیت دعا اور ہر قسم کی مشکل کے لیے۔ اول درود شریف 7 دفعہ پھر سورۃ یٰسین پڑھیں۔ جہاں یہ لفظ ''مبین'' آئے وہاں 9 مرتبہ سورۃ فاتحہ پڑھیں۔ سورۃ فاتحہ پڑھ کر پھر دوبارہ سورۃ یٰسین شروع سے شروع کریں۔ ہر لفظ مبین کے بعد 9 مرتبہ سورۃ فاتحہ پڑھیں اس طرح 7 مرتبہ لفظ ''مبین'' آئے گا اور آپ 8 مرتبہ سورۃ یٰسین بسم اللہ کے ساتھ پڑھیں گے۔ آخر میں 7 دفعہ درود شریف پڑھ کر دعا کریں۔ اللہ کے فضل وکرم سے اللہ پاک سے خصوصی رحمت ہوگی۔ آزمودہ ہے۔

کاروبار کے لیے:

میں اللہ کی توفیق سے کاروباری سلسلے میں سری لنکا گیا ہوا تھا۔

نظر تیز کرنے کیلئے: گاجروں کا زیادہ سے زیادہ استعمال کریں، اس سے آنکھوں کی بینائی بڑھاپے میں بھی خراب یا کمزور نہیں ہو سکتی۔

وہاں پر مارکیٹ میں مال بیچنے میں بڑی مشکل ہو رہی تھی۔ گاہک ملتا تھا ریٹ نہیں ملتا تھا۔ ریٹ ملتا تھا تو ادھار کی بات ہوتی۔ فون پر والدہ محترمہ سے بات ہوئی تو انہوں نے نماز فجر اور عصر کے بعد اول آخر درود شریف کیساتھ 71 مرتبہ سورۃ النصر پڑھنے کا ارشاد فرمایا۔ عمل شروع کیا تو اللہ کے فضل سے آسانیاں پیدا ہوتی گئیں۔

مولانا مسعود اظہر کی کتاب میں پڑھا کہ سورۃ فلق کثرت سے پڑھنے والے پر روزی بارش کی طرح برستی ہے۔ سورۃ فلق 121 بار اور سورۃ النصر کو 121 بار اوّل و آخر درود شریف 11،11 مرتبہ پڑھنا عجیب اثرات کا حامل ہے۔ رزق کیلئے آزمودہ ہے۔ جمعہ کی نماز فرضوں کے بعد بحالت تشہد میں پورے خشوع کے ساتھ اول آخر 7 مرتبہ درود شریف پڑھ کر 70 مرتبہ یہ کلمات پڑھیں۔ ''**اَلْمُعْطِیْ ھُوَ اللّٰہُ**'' پڑھ کر دعا کریں ان شاءاللہ عجیب تاثیر دیکھیں گے۔ آزمودہ ہے، مجرب ہے، کم از کم 7 جمعہ تک کریں۔

ہر قسم کے بخار کے لیے:

اول آخر 5 مرتبہ درود شریف پڑھ کر 21 مرتبہ یہ آیت ''**قُلْنَا یٰنَارُ کُوْنِیْ بَرْدًا وَّ سَلٰمًا عَلٰٓی اِبْرٰھِیْمَ**'' (سورۃ الانبیاء آیت نمبر 69) پڑھ کر دم کریں اور پانی پر پھونک مار کر پانی پلا دیں۔ ان شاءاللہ کرم ہوگا۔

ہر قسم کی حاجت کے لیے: ہر قسم کی حاجت کے لیے بہت سریع الاثر عمل آزمودہ ہے۔ اول آخر 3 دفعہ درود شریف 111 مرتبہ پارہ نمبر 20 آیت نمبر 24 پڑھ کر دعا کریں۔ ان شاءاللہ ہر طرح کی حاجت پوری ہوگی۔

کاروبار، دکان میں برکت، ہر قسم کی حاجت کے لیے:

یہ والا عمل خود کیا، اللہ کے فضل سے کام ٹھیک ہوا۔ ہمت بڑھی، ذہنی دباؤ سے چھٹکارا حاصل ہوا۔ اتوار والے دن سورج نکلنے کے بعد کاروبار والی جگہ پر 2 نفل حاجت پڑھیں۔ بعد از نماز اول آخر 11 مرتبہ درود شریف، پھر سورۃ یٰسین اس طرح پڑھیں کہ ہر لفظ مبین پر پہنچ کر دوبارہ **بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ** کے ساتھ سورۃ یٰسین پڑھیں اس طرح آپ 8 مرتبہ شروع سے سورۃ یٰسین کو پڑھیں گے۔ اس کے بعد 41 مرتبہ آیۃ الکرسی **بِسْمِ اللّٰہ** کے ساتھ پڑھیں۔ آخر میں 11 مرتبہ درود شریف پڑھ کر پانی پر دم کر کے کاروبار والی جگہ پر ہر کونے دیوار پر چھڑکیں۔ خیال رہے کہ پانی نیچے نہ گرنے پائے، سرنج میں بھر کر احتیاط سے چھڑکیں۔ (کم از کم 5 یا 7 اتوار کریں)

گھر میں بھی پڑھنے سے اس کے اچھے اثرات ظاہر ہوں گے۔ ترتیب یہی ہوگی۔

دشمن کے شر کو ختم کرنے کے لیے:

سورۃ القارعۃ اس طرح لکھیں جو لفظ بھی لکھیں وہاں سے سورۃ پوری پڑھیں، جیسا کہ القارعۃ لکھیں گے، پوری سورۃ پڑھیں پھر مالقارعۃ لکھیں گے آگے سے پوری سورۃ پڑھیں گے۔ پیچھے لکھے ہوئے لفظ کو چھوڑ کر آگے پڑھتے جائیں۔ سورۃ مکمل ہونے پر نیچے حالات لکھ دیں۔ مثلاً آدمی کا نام آگے والدہ کا نام پھر (فلاں بن فلاں) دوسرے آدمی کا نام والدہ کا نام (فلاں بن فلاں) نیت کریں اور نام لیکر پھر ان دونوں کے درمیان دشمنی کی بابت پڑھ کر پھونک مار کر بند کر دیں اور اس کو وزن کے نیچے دبا دیں۔

جادو، ٹونہ، آسیب واپس جائے، دشمن منہ کی کھائے، گھر میں بے برکتی ختم کرنے کے لیے:

نمازِ عشاء کے بعد گھر آئیں۔ ایک تاریک کمرے میں جائے نماز بچھا کر پانی کا گلاس سامنے رکھ کر اوّل 11 دفعہ درود شریف بعد میں 100 مرتبہ آیۃ الکرسی، آخر میں 11 دفعہ درود شریف پڑھ کر پانی پر دم کر کے پئیں اور ہاتھوں پر پھونک مار کر پورے جسم پر پھیر لیں۔ جادو، ٹونہ اور آسیب کیلئے آزمودہ ہے۔ اللہ کے فضل سے اس کی بڑی عجیب تاثیر ہے۔ دشمن ناکام ہوں گے عمل مدت 11 دن۔ فرق کم ہو تو 21 دن کریں۔

دارچینی کا ٹوٹکہ:

ڈیڑھ پاؤ پانی میں 2 عدد لونگ 1 چمچ پسی ہوئی دارچینی ڈال کر اُبال لیں۔ بعد میں حسبِ ذائقہ شہد ڈال کر پئیں۔ صبح نہار منہ شام 4 بجے۔ دن میں 2 مرتبہ پئیں۔ کمزوری، قوت باہ کے لیے انتہائی مفید ہے۔ میں نے خود یہ استعمال کیا ہے مجھے کمزوری کیلئے بہت فائدہ مند ثابت ہوا۔ یہ ٹوٹکہ مجھے ڈاکٹر اسد صاحب ایم بی بی ایس لاہور نے بتایا تھا۔

انتہائی سخت حالات میں آسانیاں پیدا کرنے کے لیے، گھر میں برکت کے لیے بھی آزمودہ ہے

میں نے خود یہ عمل کیا ہے۔ میرے اوپر بہت سخت حالات آئے لیکن اللہ کے فضل و کرم سے، اللہ پاک کے کلام کی برکت سے بالکل ٹھیک ہو گئے۔

اول آخر 11 مرتبہ درود شریف، 121 مرتبہ سورۃ یٰسین، 121 مرتبہ سورۃ رحمٰن، 345 مرتبہ سورۃ فاتحہ۔

عمل شروع کریں 11 مرتبہ درود شریف پڑھیں، پانی سامنے پاس رکھ لیں، جتنا ممکن ہو سکے مندرجہ بالا سورتیں پڑھیں اور 11 مرتبہ درود شریف پڑھ کر پھونک ماریں۔ پھر دوبارہ شروع کرنے سے پہلے 11 مرتبہ درود شریف پڑھیں۔ پھر درمیان میں اگر کوئی کام ہو تو پھر 11 مرتبہ درود شریف پڑھ کر پھونک مار لیں۔ کوشش کریں کہ 3 دن میں ختم کر لیں اگر نہ ہو سکے تو پھر اپنے گھر والے مل کر (بالغ) ایک ہی مجلس میں پڑھ لیں اور پڑھ کر پانی پر پھونک ضرور ماریں۔ سورۃ فاتحہ کوشش کر کے ضرور خود پڑھیں۔ پھر دعا کریں اور پانی خود اور گھر والے استعمال کریں اللہ تعالیٰ ان شاء اللہ اپنا خصوصی فضل فرمائیں گے۔

عمل سورۃ رحمٰن: فجر اور عصر کے بعد سورۃ رحمٰن (7 مرتبہ) اول آخر 7 دفعہ درود شریف پڑھنے سے پڑھنے والا شیطانی اثرات سے محفوظ ہو جاتا ہے، جنات کے شر سے بھی محفوظ ہو جاتا ہے اور دباؤ تو خود بخود ختم ہو جاتا ہے۔ مستقل 2 سال سے آزمودہ ہے۔

ہر مشکل کا آسان حل (ایک اللہ کا بندہ)

ایک اللہ والے سخت مشکل اور بیماری میں مبتلا تھے کہ ان کو حضور ﷺ کی زیارت نصیب ہوئی۔ آپ ﷺ کے ساتھ اصحابؓ کی پوری جماعت تھی جو آپ ﷺ کے دائیں، بائیں اور پیچھے کھڑے تھے۔ حضور ﷺ نے مجھ سے فرمایا ان کلمات

بِسْمِ اللّٰہِ رَبِّیَ اللّٰہُ حَسْبِیَ اللّٰہُ تَوَکَّلْتُ عَلَی اللّٰہِ اِعْتَصَمْتُ عَلَی اللّٰہِ فَوَّضْتَ اَمْرِیْ اِلَی اللّٰہِ مَاشَآءَ اللّٰہُ لَا قُوَّۃَ اِلَّا بِاللّٰہِ۔

کو بہت پڑھا کرو۔ اس میں ہر بیماری سے شفا ہے۔ اور ہر تکلیف کو کشائش اور ہر دشمن پر کامیابی ہے۔ پہلے پہلے اسے حاملین عرش نے پڑھا تھا۔ جب انہیں عرش کے اٹھانے کا حکم ہوا اور قیامت تک اسے پڑھتے رہیں گے۔ ایک شخص نے جو آپ ﷺ کے دائیں یا بائیں بیٹھے ہوئے تھے۔ پوچھا کہ یا رسول ﷺ اگر کوئی اسے دشمن کے سامنے کے وقت پڑھے۔ فرمایا: واہ اس میں فتح و نصرت ہے اور خوشخبری ہے۔ میں نے خیال کیا کہ وہ حضرت ابوبکرؓ ہیں۔ فرمایا یہ میرے چچا حضرت حمزہؓ ہیں۔ پھر اپنے دست مبارک سے بائیں طرف اشارہ کر کے فرمایا یہ شہداء ہیں، پھر پیچھے کی طرف اشارہ کر کے فرمایا: یہ صالحین ہیں، پھر آپ ﷺ تشریف لے گئے۔ میں بیدار ہوا تو میری بیماری جاتی رہی اور صبح سے پہلے میں تندرست ہو گیا۔ والحمد للہ رب العالمین۔

(بقیہ: سنبھالو کے اثرات)

رونما نہ ہوئی اور نہ ہی ان کے وزن میں کمی بیشی نوٹ کی گئی۔ ان جانوروں میں سے کئی ایک حاملہ ہوگئیں جو ہارمونل سائیکل میں ناہمواری کی بنا پر پہلے اس قابل نہ تھیں اور کئی ایک کے ہارمونل سائیکل میں بہتری کے آثار پیدا ہوئے۔ اس کے بعد ٹیسٹ رپورٹ کے مطابق بعد میں اسی مرض میں مبتلا کئی عورتوں پر یہ دوا آزمائی گئی جن میں سے 45 ایسی مریض عورتوں کا علاج معالجہ کیا گیا جو تولیدی نظام کے مطابق حاملہ ہونے کے قابل تو تھیں مگر ہارمونل سائیکل میں ناہمواری تھی۔ ان کا بطور ٹیسٹ کیس علاج کیا گیا جن کی عمر 23 سال سے 39 سال تک تھی۔ نوے روز کے بعد سات عورتیں حامل ہوگئیں۔ پچیس عورتوں میں ہارمونل سائیکل کی صورت اعتدال پر پہنچی جبکہ باقی ماندہ کا رجحان و میلان مثبت پایا گیا۔ اس دوا کے استعمال سے قلت حیض، کثرت حیض، حیض کا درد سے آنا، مدت حیض میں کمی بیشی اور حیض کا مقررہ اوقات سے آگے پیچھے ہونا، ماہواری سے پہلے پستانوں میں درد محسوس کرنا، یہ تمام تکالیف دور ہو جاتی ہیں۔ جبکہ بچہ پیدا کرنے کی صلاحیت میں بھی بہتری پیدا ہو جاتی ہے۔

سنبھالو (Vitex Negundo) کے بیجوں میں بڑے پیمانے پر (Methoxylaed . Flavones) پائے جاتے ہیں جو نسوانی مخصوص بیماریوں کیلئے مفید ثابت ہوئے ہیں۔ (بحوالہ یورپین جنرل آف ہربل میڈیسن شمارہ 11 ستمبر 1994ء جلد اوّل)

ترکیب استعمال: ایک دو کی نسبت سے یعنی ایک حصہ دوا اور دو حصے پانی جوش دے کر پانچ ایم ایل یعنی ایک بڑا چمچ روزانہ ناشتے کے بعد صرف دن میں ایک بار نوے روز تک استعمال کیا جائے۔ پیچیدہ صورت میں مقدار خوراک دس ایم ایل تک بڑھائی جاسکتی ہے۔ لیکن مقررہ سے زیادہ خوراک سے عام طور پر اجتناب ہی بہتر ہوگا۔

(بقیہ: چھ سورتوں کا روحانی پیکیج)

بھائی اسلام الدین سے کراتے ہیں۔ خلوص، محبت اور اخلاق کا نمونہ۔ جن کے انگ انگ میں مخلوق کی خدمت اور درد بھرا ہوا ہے۔ بندہ نے ان سے 0333-4363286 پر رابطہ کیا پھر ان کی رہائش گاہ پر ملاقات کے لیے حاضر ہوا۔ بہت محبت دینے اور محبت کرنے والے، عمر رسیدہ مخلص شخصیت سے ملاقات ہوئی، انہوں نے بتایا کہ ایک عرب شیخ نے یہ روحانی فارمولا مجھے عطا کیا اور پھر میں نے لوگوں کو بتانا شروع کیا۔ جس جس کو بھی بتایا اسے سر کے بالوں سے لے کر پاؤں کے ناخن تک ہر درد میں بہت فائدہ ہوا، جسم ہلکا، دل تندرست، نظر لاجواب اور طبیعت ہشاش بشاش ہوئی۔ اب تک نامعلوم سالہا سال سے کتنے بے شمار لوگوں کو بتایا اور جس کو بھی بتایا اسی کو فائدہ ہوا اور لاجواب فائدہ ہوا۔ جوڑوں اور جسم کے درد کے ایسے لاعلاج مریض جو نئے گھٹنے اور نئے جوڑ باہر کے ملکوں سے ڈلوا آئے تھے، لیکن پھر بھی افاقہ نہ ہوا، وہ فوری تندرست ہوگئے۔ قارئین اگر یہ عمل گھر کا ہر فرد کرتا رہے تو گھریلو جھگڑوں، مسلسل بیماریوں، ناچاقیوں اور پریشانیوں کا بالکل آسان اور سستا علاج ہے۔ بندہ نے بیشمار ایسے لوگوں کو جن کے ہاں جادو، جنات، نظر بد اور ٹونے بندش کی علامات تھیں، انہیں بہت فائدہ ہوا حالانکہ اس سے پہلے وہ تمام علاج سے تنگ آگئے تھے۔ پاگل خانے تک پہنچے ہوئے لوگوں کی زندگی کو پھر سے گھر میں ہنستا مسکراتا لانا اس عمل کا ادنیٰ سا فائدہ ہے۔ کاروباری رکاوٹ اور بندش جو کسی بھی طرح درست نہ ہوتی ہو، اس کے لیے نہایت ہی اکسیر اور آزمودہ وظیفہ ہے۔ بس قارئین اتنا کہنا لازم سمجھوں گا کہ محنت اور مستقل مزاجی ہی سب اعمال کے نفع سے استفادہ کراتی ہے۔ جلدی کریں گے تو بدگمان ہو جائیں گے۔

(بقیہ: ذکر الٰہی سے غفلت کی سزا)

پیش کرو جیسی حضرت صدیق اکبرؓ نے حضور اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کے ساتھ کی۔ کبھی ذرہ برابر مخالفت نہ کرنے کی وجہ سے اللہ تعالیٰ نے انہیں ''صدیق'' کے خطاب سے نوازا o فرمایا شکم سیر کو حکمت حاصل نہیں ہوتی o فرمایا قلیل کھانا جسمانی توانائی کا ذریعہ اور قلیل گناہ روحانی توانائی کا ذریعہ ہے o فرمایا کہ خوف الٰہی کی نشانی یہ ہے کہ خدا کے سوا ہر شے سے بے خوف ہو جائے o فرمایا جو قضا وقدر پر راضی رہتا ہے وہ ہی اپنے نفس سے واقف ہو جاتا ہے۔

☆**اقوال حضرت بایزید بسطامیؒ:** آپؒ فرمایا کرتے تھے کہ میں نے بارہ سال تک نفس کو ریاضت کی بھٹی میں ڈال کر مجاہدے کی آگ سے تپایا اور ملامت کے ہتھوڑے سے کوٹتا رہا، جس کے بعد میرا قلب آئینہ بن گیا، پانچ سال مختلف قسم کی عبادات سے اس پر قلعی چڑھاتا رہا، ایک سال تک جب میں نے خود اعتمادی کی نظر سے اس کا مشاہدہ کیا تو اس میں تکبر و خود پسندی کا مادہ موجود پایا، چنانچہ پھر مسلسل پانچ سال تک سعی بسیار کے بعد اس کو مسلمان بنایا اور جب اس میں خلائق کا نظارہ کیا تو سب کو مردہ دیکھا اور نماز جنازہ پڑھ کر ان سے اس طرح کنارہ کش ہو گیا۔ جس طرح لوگ نماز جنازہ پڑھ کر قیامت تک کیلئے مردے سے جدا ہو جاتے ہیں۔ اس کے بعد مجھے واصل الی اللہ کا مرتبہ حاصل ہو گیا o آپ عشاء کی چار رکعت پڑھ کر سلام پھیرتے ہوئے فرماتے کہ یہ نماز قابل قبول نہیں یہ کہہ کر پھر چار رکعت نماز پڑھتے پھر یہی فرماتے کہ یہ بھی قابل قبول نہیں حتیٰ کہ اسی طرح رات ختم ہو جاتی اور صبح کو اللہ تعالیٰ سے عرض کرتے کہ میں نے تیری بارگاہ کے لائق نماز کی بہت سعی کی لیکن محروم رہا کیونکہ جیسا میں خود ہوں ویسی ہی میری نماز ہے لہٰذا مجھے اپنے بے نمازی بندوں میں شمار کر o فرمایا بھوک ایک ایسا ابر ہے جس سے رحمت کی بارش ہوتی رہتی ہے o

☆**اقوال حضرت شقیق بلخیؒ:** جب لوگوں نے آپ سے سوال کیا کہ اللہ پر کامل اعتماد کرنیوالا کون ہے؟ فرمایا جو دنیاوی شے کے فوت ہو جانے کو غنیمت تصور کرے اور جو اللہ کے وعدوں کو انسانوں کے وعدوں سے زیادہ اطمینان بخش سمجھے o فرمایا کہ میں نے متعدد علماء سے سوال کیا کہ دانشور، دولت مند، بخیل، دانا اور درویش کا کیا مفہوم ہے؟ اور سب نے یہی جواب دیا کہ دانشور وہ ہے جو جب دنیا سے احتراز کرے۔ دولت مند وہ ہے جو قضا وقدر پر مطمئن رہے، دانا وہ ہے جو فریب دنیا میں مبتلا نہ ہو سکے، درویش وہ ہے جو زیادہ طلب نہ کرے، اور بخیل وہ ہے جو دولت کو مخلوق سے زیادہ عزیز تصور کرتے ہوئے کسی ایک کو حبہ نہ دے۔

(بقیہ: فاقہ کی کرامات اور جدید سائنس)

دو واقعات صرف بطور نمونہ ہیں۔ ایسے بے شمار واقعات لامائی کتابوں میں بھرے ہوئے ہیں۔ آج دنیا سکون کی تلاش میں ہے۔ یہ سکون باہر نہیں اندر (ایمان کی طاقت اور اعمال کی قوت) سے ملے گا۔ قارئین میری باتوں کو مبالغہ سمجھیں کیونکہ ایک چھوٹے دماغ کا آدمی ضدی ہوتا ہے یہ فخر ایک بڑے دماغ کو حاصل ہے کہ کہیں رہبر بنتا ہے اور کہیں رہبری قبول کرتا ہے۔'' اس کیلئے مزید کتب مندرجہ ذیل ہیں۔

1. Astral Plane..................Lead Beater

2. Man and His Bodies..........Annie Besant

3. Little Journeys in to the Invisible by Gifford Shin

(بقیہ: شیر اور گیدڑ کا مقدمہ، بندر کا انصاف)

انہوں نے یک زبان ہو کر کہا: ''ضرور کیوں نہیں، اے اللہ کے رسول ﷺ۔'' آپ ﷺ نے ایک طاقت ور جسم والے صحابیؓ کو آگے بڑھنے کا اشارہ فرمایا۔ وہ فوراً آگے بڑھے، آپ ﷺ نے بنو کلاب کا جھنڈا انہیں عطا فرمایا اور بنو کلاب سے فرمایا: ''اب تم پورے ہزار کے برابر ہو۔ جاؤ اپنے امیر کی اطاعت کرو۔'' یہ صاحب جنہیں نبی کریم ﷺ نے پورے ایک سو کے برابر قرار دیا، حضرت ضحاک بن سفیانؓ تھے۔ تاریخ میں یہ سیاف رسول ﷺ مشہور ہوئے یعنی نبی کریم ﷺ کے شمشیر بردار محافظ۔ حضرت ضحاک بن سفیانؓ کا شمار اپنے دور کے نامور بہادروں اور سرور عالم ﷺ کے نہایت جاں نثاروں میں ہوتا ہے۔ ان کی کنیت ابوسعد یا ابوسعید تھی۔ بنو کلاب سے تعلق رکھتے تھے۔ یہ مشہور نجدی قبیلے بنو عامر کی ایک شاخ تھی۔ یہ تلوار اٹھائے نبی ﷺ کی حفاظت کی غرض سے آپ ﷺ کے قریب کھڑے رہتے تھے۔ اسی لیے انہیں سیاف رسول ﷺ کا خطاب ملا۔ آج کے الفاظ میں آپ ﷺ کا باڈی گارڈ کہہ لیں۔ زمانہ جاہلیت میں یہ اپنے قبیلے کے معزز آدمی تھے، شعر و شاعری کا بھی شوق تھا۔ آپ فتح مکہ سے کچھ عرصہ پہلے ایمان لے آئے تھے۔ مسلمان ہونے پر نبی کریم ﷺ نے انہیں اپنے قبیلے کا امیر مقرر فرمایا۔ آپ ﷺ نے انہیں بنو کلاب کے صدقات وصول کرنے کی ذمہ داری بھی سونپی۔ ایک قبیلے بنو قرطا نے مسلمانوں کے خلاف سرگرمی دکھائی تو نبی کریم ﷺ نے حضرت ضحاکؓ کو ان کی طرف روانہ فرمایا۔ قبیلہ قرطا، قبیلہ بنو بکر کی ایک شاخ تھی۔ حضرت ضحاکؓ نے ان پر حملہ کیا اور انہیں شکست سے دوچار کر کے نبی کریم ﷺ کو اطلاع دی۔ غزوہ حنین میں بنو سلیم کے مجاہدین کی کمان حضرت ضحاکؓ کے ہاتھ میں تھی۔ ربیع الاول 9 ہجری میں سرور عالم ﷺ نے حضرت ضحاکؓ کو خود ان کے قبیلے بنو کلاب کی طرف روانہ فرمایا تاکہ اس قبیلے کے مشرکین کو سبق سکھایا جا سکے۔ آپ ﷺ نے اس مہم کی قیادت حضرت ضحاکؓ کے سپرد فرمائی۔ چنانچہ اسی بنیاد پر یہ مہم سریہ ضحاک بن سفیانؓ کے نام سے مشہور ہوئی۔ مشرکین نے مقابلہ کیا، لیکن حضرت ضحاکؓ کے مقابلے میں ان کی ایک نہ چلی اور آخر ہتھیار ڈال دیے۔ 11 ہجری میں نبی کریم ﷺ کے وصال کے بعد حضرت ابوبکر صدیقؓ خلیفہ بنے تو سارے عرب میں فتنہ و فساد کی لہر دوڑ گئی۔ قبل کے قبائل مرتد ہوگئے۔ اسلام چھوڑ بیٹھے۔ کسی نے کہا ہم زکوٰۃ نہیں دیں گے تو کسی نے مسیلمہ کو نبی مان لیا۔ قبیلہ بنو سلیم بھی اس رو میں بہہ کر مرتد ہو گیا۔ حضرت ابوبکر صدیقؓ نے ان کی طرف حضرت ضحاک بن سفیانؓ کو روانہ کیا۔ حضرت ضحاکؓ جب ان کے مقابلے میں پہنچے تو دیکھا مرتدین بہت بڑی تعداد میں تھے۔ یہ ان کے ساتھ بڑی بہادری سے لڑے۔ زبردست جنگ ہوئی ......اس لڑائی میں حضرت ضحاکؓ مرتدین کے خلاف لڑتے ہوئے شہید ہوگئے۔ لیکن ان کا خون رائیگاں نہیں گیا۔ نبوت کے جھوٹے دعوے دار کے خلاف حضرت خالد بن ولیدؓ کو روانہ کیا گیا اور انہوں نے اسے شکست فاش دی۔ جن مرتدوں نے مسلمانوں کے خون سے اپنے ہاتھ رنگے تھے، انہیں قتل کر دیا گیا۔ حضرت ضحاک بن سفیانؓ بنیادی طور پر ایک مجاہد تھے اور زندگی کا زیادہ تر حصہ جہادی اسفار و مشاغل میں گزارا، اس لیے انہیں احادیث بیان کرنے کا موقع نہ مل سکا۔ ان سے صرف چار احادیث روایت کی گئی ہیں۔ سیدنا عمر فاروقؓ حضرت ضحاکؓ کی رائے کو بہت اہمیت دیتے تھے۔ انہیں نبی کریم ﷺ سے بہت محبت تھی۔ اسی طرح اللہ کے رسول ﷺ بھی ان سے بہت محبت کرتے تھے۔ اللہ تعالیٰ کی ان پر

زندگیوں پر رزق کے اثرات

اس کی بیوی کا رویہ مزید متکبرانہ ہوگیا اور اس نے اپنے تمام رشتہ داروں کو تنگ کرنا شروع کردیا۔ جس کی وجہ سے تمام رشتہ دار آہستہ آہستہ ساتھ چھوڑ گئے اور اچانک بچہ بیمار ہوگیا' کافی رقم اس پر خرچ ہوگئی کیونکہ سعودی عرب سے آمدنی مسلسل آرہی تھی مگر وہ بند ہوگئی

(سید واجد حسین بخاری)

ایک شخص سنار کا کام کرتا تھا اور اس کی شروع سے خواہش تھی کہ بیرون ملک چلا جاؤں۔ اس نے مختلف کام کیے اور زیورات میں بہت زیادہ کھوٹ ملایا اور کسی نہ کسی طرح سعودی عرب پہنچ گیا اور ورکشاپ میں کام کیا اور دل لگا کر اپنے مالک کیلئے نئی راہیں تلاش کیں۔ جس کی وجہ سے مالک اس پر اعتماد کرنے لگا اور پوری دکان کی چابیاں اسے دے دیں اور نیک نیتی نے بھی اپنا اثر دکھایا اور گھر بھی رقم بھیجنا شروع کردی۔ غربت زیادہ تھی مگر جب رقم گھر آنے لگی تو اس کی بیوی سخت مغرور ہوگئی اور اللہ کی نعمتوں کی بے قدری شروع کردی اور اپنے کسی رشتہ دار سے سیدھے منہ بات بھی نہ کرتی تھی۔ ہزاروں روپے ماہانہ آرہے تھے، ادھر سعودی عرب میں کمانے والا بھی مغرور ہوگیا اور اس کا گاہکوں کیساتھ رویہ بھی درشت ہوگیا اور نقصان ہونے لگا۔ مالک نے کہا کہ تم واپس چلے جاؤ۔ جب اس شخص نے سنا کہ مالک واپس بھیج رہا ہے تو اس نے کافی سونا چھپالیا اور مختلف انداز سے تقریباً ایک کروڑ روپیہ پاکستان لایا۔ یہ آج سے 10 سال پہلے کی بات ہے۔ 10 سال پہلے ایک کروڑ روپیہ اچھی خاصی رقم تھی۔ اب اس کی بیوی کا رویہ مزید متکبرانہ ہوگیا اور اس نے اپنے تمام رشتہ داروں کو تنگ کرنا شروع کردیا۔ جس کی وجہ سے تمام رشتہ دار آہستہ آہستہ چھوڑ گئے۔ اچانک اس کا بچہ بیمار ہوگیا، کافی رقم اس پر خرچ ہوگئی۔ سعودی عرب سے جو آمدنی مسلسل آرہی تھی وہ اب بند ہوگئی تھی اور رقم آہستہ آہستہ ہوا ہوگئی اور پتا بھی نہ چلا۔ رشتہ دار پہلے ہی چھوڑ گئے تھے۔ ان کے پاس اب جا نہیں سکتے تھے۔ ایک واقف کار ملتان میں رہتے تھے ان کے پاس چلے گئے۔ انہوں نے مزار بہاؤالدین زکریا ملتانی ؒ پر ٹھیکہ لے دیا ہے جہاں اس نے ایک ایک روپے کے ''چھلے'' اور ہار فروخت کرنا شروع کردیئے اور ٹھیکہ کی رقم پوری کرنے کیلئے کبھی کبھار جوتوں کی رکھوالی بھی کرنا پڑتی ہے۔ ایک ایک روپیہ اکٹھا کرکے گزر اوقات ہوتی ہے اسی سے ٹھیکہ کی رقم بھی دیتے ہیں اور بچوں کا پیٹ بھی پالتے ہیں۔

بھائی نے بہن کو گولی ماردی

ایک صاحب پولیس ڈیپارٹمنٹ میں اسسٹنٹ سب انسپکٹر (ASI) ہے۔ پولیس میں اچھی کارکردگی ہے' لمبا تڑنگا قد' موٹا تازہ' علاقے میں اس کی بڑی دہشت ہے۔ اکثر چور اور جرائم پیشہ افراد اس سے ڈرتے ہیں کیونکہ اس کی مار بہت مشہور ہے اور جو بھی تھانہ میں گرفتار ہوکر آتا تھا اس کو مارنا پیٹنا شروع کردیتا تھا۔ پہلے مارتا تھا اور بعد میں پتہ کرتا تھا کہ تم حق پر گرفتار ہوئے یا ناحق گرفتار ہوئے ہو اگر جاتے ہی اس کو رشوت کی رقم فوراً دے دو تو وہ نہیں مارتا۔ اس لیے لوگ اس اے ایس آئی کی مار سے بچنے کیلئے فوراً رشوت کی رقم دیتے تھے۔ اب یہ بھی شیر بن گیا تھا کیونکہ وہ اپنے افسران کو بھی رقم پہنچاتا تھا۔ اس وجہ سے گھر میں بھی چیزیں آنا شروع ہوگئیں تھیں۔ یہ اے ایس آئی غریب گھرانے کا آدمی تھا، گھر بھی پرانی طرز کا بنا ہوا تھا۔ مجبوراً کرائے کے مکان میں رہنے لگا۔ اب مکان کا کرایہ بھی دینا پڑتا تھا۔ اس کے دو بچے تھے ایک بیٹا اور ایک بیٹی۔ بیٹے کی عمر 14/15 سال تھی اور جبکہ بیٹی کی عمر 10/11 سال تھی۔ اے ایس آئی کی عادت تھی کہ روزانہ کی رقم لاکر الماری کے ایک کونے میں رکھتا تھا۔ ایک دن اس کا لڑکا دیکھ رہا تھا۔ ابا رشوت کی رقم یہاں رکھتا ہے۔ دوسرے دن اے ایس آئی آیا تو اس نے اپنا بھرا ہوا پستول اس جگہ رکھا جہاں وہ رقم لاکر رکھتا تھا اور اپنی بیوی کو بتانا بھول گیا اور سو گیا۔ صبح 7 بجے جب دونوں بچے سکول جانے کیلئے تیار ہو رہے تھے تو لڑکے نے بھرا ہوا پستول اٹھا لیا۔ اس کو معلوم نہ تھا کہ پستول بھرا ہوا ہے۔ اس نے ہنستے ہوئے اپنی بہن پر پستول تان لیا کہ چلاؤں، بہن نے کہا کہ چلاؤ۔ اس نے پستول چلا دیا، گولی چلی اور اسی وقت بہن کا بھیجہ اڑا دیا اور موقع پر دم توڑ گئی جبکہ بیٹے کا ذہنی توازن صدمہ کی وجہ سے خراب ہوگیا ہے۔ اگر اے ایس آئی رشوت کی رقم گھر نہ لاتا اور بچے نہ دیکھتے تو شاید یہ واقعہ پیش نہ آتا۔

(بقیہ: زندگی کا مقصد)

تو وہ اللہ کو پیارے ہوگئے ہمیں بھی ہر وقت کچھ اچھا کام کرتے رہنا چاہیے۔ ہوسکتا ہے کہ وہی ہماری زندگی کا مقصد ہو۔

مزید کہنے لگے کہ میں ابھی آپ لوگوں کو دیکھ رہا تھا آپ کس طرح کے کلمات اس لڑکے کے متعلق کہہ رہے تھے۔ کہنے لگے کہ ہمیں اس طرح کسی کا مذاق نہیں اڑانا چاہیے ہوسکتا ہے کہ اس کی کوئی ادا اللہ کو بہت پسند ہو اور وہ ہم میں نہ ہو۔ جب بھی ایسے لوگوں کو دیکھیں تو ان کیلئے اور اپنے لیے بہتری کی دعا کریں۔ پھر انہوں نے ایک واقعہ سنایا۔

کہنے لگے کہ ہمارے ہاں ایک مہندی کی تقریب تھی۔ لڑکے لڑکیاں سب جارہے تھے اور ہوٹنگ (Hooting) بھی کر رہے تھے کہ اچانک کسی لڑکی کی آواز کانوں میں پڑی۔ اس کی آواز بڑی چبھتی ہوئی آواز تھی۔ ہمارے ایک دوست نے ایسے ہی کہہ دیا کہ ''یہ کوئی کہاں سے آگئی'' حالانکہ اس نے لڑکی کو دیکھا تک نہ تھا۔ جب اس دوست نے پیچھے مڑ کر دیکھا تو لڑکی وہیں کھڑی ہوئی تھی اور اس کا رنگ بھی کافی گہرا تھا۔ وہ فوراً اس تقریب سے نکلی اور اگلی فلائٹ سے واپس امریکہ چلی گئی۔ ہمارے دوست نے اس کے عزیز و اقارب سے کہا کہ کسی طرح ایک مرتبہ ہماری اس سے بات کرادیں تاکہ ہم معذرت کرسکیں لیکن وہ لڑکی ایسی دلبرداشتہ ہوئی کہ اس نے امریکہ جاکر خودکشی کرلی۔ مزید کہنے لگے کہ یہ الفاظ ہمارے دوست کو بہت مہنگے پڑے اور اب شاید ساری عمر ان کے کہے ہوئے الفاظ انہیں اذیت دیتے رہیں۔

ہمیں ایسے الفاظ استعمال نہیں کرنے چاہئیں جو کسی کی دل آزاری کا سبب ہوں۔ ہوسکتا ہے کہ ہمارے لیے وہ صرف الفاظ ہوں لیکن کسی کیلئے وہی الفاظ زندگی و موت کی وجہ بن سکتے ہیں۔ یہ باتیں کرنے کے بعد وہ صاحب کسی کام کی وجہ سے اٹھ کر چلے گئے لیکن ہمارے لیے یہ ملاقات انتہائی نفع بخش رہی اور ہمیں اپنی غلطیوں کا احساس ہوا۔

میرے ایک دوست جو کہ میرے ساتھ آفس میں ہوتے ہیں کہنے لگے کہ ''میرے ماموں اچانک بیمار ہوگئے۔ ان کے پاؤں اور پنڈلیوں پر شدید خارش ہونے لگی، پنڈلیاں سوکھ گئیں اور ان سے پانی بھی نکلنے لگا لیکن کافی علاج کے باوجود کوئی فرق نہیں پڑ رہا تھا۔ میرے ماموں انتہائی دیندار آدمی ہیں اور اللہ کی مخلوق کی فکر میں انہوں نے بہت وقت لگایا ہے۔

ایک رات وہ سو رہے تھے کہ انہیں خواب میں ایک بزرگ ملے اور کہا کہ ''اپنی چپل سے گند تو صاف کرلو''۔ یہ خواب انہوں نے دو تین مرتبہ دیکھا تو انہوں نے اپنی چپل کو دیکھا جو کہ انہوں نے نماز پڑھنے کیلئے مسجد جانے کیلئے مخصوص رکھی ہوئی تھی تو انہیں یاد آیا کہ قریباً پانچ، چھ مہینے سے اس چپل میں ایک کیل گھس گیا تھا اور وہ جب بھی نماز کیلئے جاتے تھے تو وہ کیل انہیں چبھتا تھا۔ انہوں نے وہ کیل نکالا تو تھوڑے ہی دنوں میں ان کی بیماری دور ہونے لگی اور اب اللہ کے فضل سے کافی بہتری ہے۔ اللہ تعالیٰ اپنے برگزیدہ بندوں کی مشکلات اپنی رحمت سے حل کرتا ہے اور انہیں ان کی کوتاہیوں کا احساس بھی ہوجاتا ہے۔

گنجا پن دور کرنے کیلئے: گنجے پن کو دور کرنے کیلئے عمدہ کشمش لیں اور اس سے نصف مقدار میں مصبر کھرل میں پیس لیں۔ پانی ملا کر حسب ضرورت سر پر لیپ کرنے سے چند روز میں نئے بال اُگنے لگتے ہیں۔ (اللہ دتہ چشتی نظامی، خانیوال)

قے روکنے کیلئے: بار بار قے اور متلی آتی ہو تو دو تین بار چھوٹی الائچی چبانے سے متلی اور قے بند ہوجائے گی۔

(بقیہ: بچے جن کے ہاتھ پاؤں سائنس کھا گئی)

بال سنوار سکتے ہیں، منہ میں لقمہ ڈال سکتے ہیں اور گلاس سے پانی پی سکتے ہیں۔ وہ بچے جن کا ایک ہاتھ سلامت ہے بہت خوش نصیب سمجھے جاتے ہیں۔ کیونکہ ان کے مصنوعی بازو یا ٹانگوں کو حرکت دینے کے لیے کسی شخص کی ضرورت نہیں۔ وہ صحیح وسالم ہاتھ سے خود ہی بٹن دبا کر اپنا دوسرا بازو یا ٹانگیں ہلا سکتے ہیں۔ لیکن وہ بچے جن کے دونوں ہاتھ مصنوعی ہیں۔ خود اپنے کسی مصنوعی عضو کو حرکت نہیں دے سکتے۔ ان کے والدین یا دوسرے عزیزوں کو ان کے ہاتھ پاؤں ہلانے کے لیے کوشش کرنا پڑتی ہے۔ ماہرین صحت کی رائے ہے کہ یہ بچے دماغی طور پر صحت مند ہیں اور ان کے ساتھ مہربانی اور شفقت سے پیش آنے کی ضرورت ہے۔ ہائیڈل برگ کا ایک پانچ سالہ بچہ جس کے دونوں ہاتھ مصنوعی ہیں، ایک سکول میں پڑھتا ہے وہ بڑا ذہین طالب علم ہے اور سب استاد اس کی تعریف کرتے ہیں۔ سکول کے دوسرے بچوں کے مقابلے میں وہ زیادہ دشواری محسوس نہیں کرتا۔ تھالیڈومائڈ پر دن رات تجربات ہو رہے ہیں۔ ان تجربات سے بہت مفید نتائج کی توقع ہے۔ ادھر سائنس دان اس کوشش میں مصروف ہیں کہ مصنوعی اعضا کو زیادہ سے زیادہ مفید، دلکش، سستے اور پائیدار بنایا جائے۔ سب سے بڑا مسئلہ یہ درپیش ہے کہ ہاتھوں سے محروم بچے مصنوعی اعضا کے باوجود بھی دوسروں کے محتاج رہتے ہیں۔ یہ کمی کیسے پوری کی جائے اور وہ کون سا طریقہ ہے جس سے ہاتھ اور پاؤں سے محروم بچہ ایک کام کا صرف ارادہ کرے اور مصنوعی اعضا اس کے ذہن کی پیروی کریں۔ ہو سکتا ہے مستقبل قریب میں سائنس دان اس مسئلے کا حل دریافت کرلیں۔ یورپ میں ایسے بچوں کے والدین کی انجمنیں قائم ہیں جہاں لوگ جمع ہو کر آپس میں تبادلہ خیال کرتے ہیں۔ نئی نئی مشکلات ایک دوسرے کے سامنے رکھی جاتی ہیں اور ان کے حل تلاش کیے جاتے ہیں۔ ننھے منے معصوم بچوں کے لیے علیحدہ کلب بھی کھولے گئے ہیں جہاں یہ بچے مختلف کھیل کھیلتے ہیں اس میں شک نہیں کہ سائنس نے اس میدان میں کارہائے نمایاں انجام دیے ہیں لیکن ابھی بہت کچھ کرنے کی ضرورت ہے۔ نامکمل اعضاء والے بچوں کے ایک ڈاکٹر نے بڑے دکھ سے کہا تھا: ''کاش چاند اور ستاروں کی تسخیر کے بجائے دنیا بھر کے سائنس دان مل کر اس ایک بچے کا دکھ دور کرسکیں جس کے بازو ہیں نہ ٹانگیں۔ جو دن بھر اپنے بستر پر گوشت کے لوتھڑے کی طرح پڑا رہتا ہے۔ اس عمر میں تو خیر والدین کھلا پلا دیتے ہیں لیکن جب وہ بڑا ہو گا تو کیا کرے گا۔ کہاں جائے گا۔ کیسے کمائے گا اس بے رحم دنیا میں سوائے بھیک مانگنے کے شاید وہ اور کوئی کام نہ کرسکے، اور ستم تو یہ کہ اس کام کے لیے بھی اسے دوسروں کی مدد کی ضرورت ہوگی۔''

(بقیہ: معاشی اور جسمانی مشکلات سے نجات)

''اور غصے کے ضبط کرنے والے اور لوگوں سے درگزر کرنے والے ہیں اور اللہ تعالیٰ ایسے نیکوکاروں کو محبوب رکھتا ہے۔'' (سورۃ آل عمران آیت نمبر 134) اگر آپ کو غصہ شدید آتا ہے اور آپے سے باہر ہو جاتے ہیں تو (۱۰۱) دفعہ مذکورہ آیت (۲۱) دن تک چینی پر پڑھ کر کھالیں۔

(۱۰) بیٹے اور بیٹی کیلئے رشتہ نصیب ہو

''اَمَّنْ یُّجِیْبُ الْمُضْطَرَّ اِذَا دَعَاهُ وَیَکْشِفُ السُّوْٓءَ'' (پارہ ۲۰ سورۃ النمل ۶۲) ''وہ ذات جو بے قرار آدمی کی سنتا ہے جب وہ اس کو پکارتا ہے (اور اس کی مصیبت کو دور کر دیتا ہے)

اگر آپ کو اپنی اولاد کا رشتہ نہیں ملتا تو اٹھتے بیٹھتے مذکورہ آیت کا ورد جاری رکھیں۔

(بقیہ: اسلام اور رواداری)

اس خیال سے محاذ جنگ میں لے جاتے تھے کہ ان کی موجودگی میں اپنی جانوں پر کھیل جائیں اور پیچھے ہٹنے کا نام نہ لیں۔ ایسی حالت میں اگر محاربین قتل ہو جانے یا مغلوب ہونے کے بعد اسیر ہو جاتے تو ان کے اہل وعیال بھی دوسرے اموال غنیمت میں شامل کرلیے جاتے۔

(بقیہ: میں نیم بے ہوش ہوگئی)

ترکیب استعمال: 5 کپ پانی کو اچھی طرح ابالیں چینی یا شہد حسب ضرورت ڈالیں اور پھر ایک چمچ سفوف ڈال کر دم میں رکھ کر نیچے آگ بند کردیں۔ تقریباً 2 منٹ کے بعد اتار کر چائے کی طرح پئیں اگر لیموں کے چند قطرے ڈالیں تو فائدہ بڑھ جائے گا۔

فائدہ: کھانا جتنا مرضی کھایا ہو اس قہوہ کے استعمال سے فوراً طبیعت بحال، گیس، تبخیر، نزلہ، زکام، الرجی، سر بھاری ہو، دل ڈوبتا ہو فوراً ختم ہو جاتا ہے اور کھانا فوراً ہضم ہو جاتا ہے۔ یہ نسخہ دراصل مجھے حضرت مفتی عبدالحمید'' نے عنایت فرمایا تھا۔ یہ نسخہ ہم نے دوپہر کے کھانے میں معمول بنالیا اور گھر بھر کی معدے کی تکلیف ختم ہوگئی اور خوب فائدہ ہوا۔

کھانے کی لذت کے لیے:

کلونجی اور میتھرے ہم وزن پیس کر چٹکی کھانا میں پکانے کے دوران ڈال دیں تو کھانے میں لذت آجاتی ہے۔

(بقیہ: انمول خزانہ اور درود شریف کی برکات)

میرے ہاتھ آگیا میں نے پورا کتابچہ غور سے پڑھا، کتابچہ میں لوگوں کے واقعات پڑھے جن کے مسائل درود شریف کی برکت سے حل ہوئے۔ کتابچہ میں درود شریف کے متعلق احادیث مبارکہ بھی پڑھیں۔ بزرگوں کے بتائے ہوئے طریقہ بھی درود شریف کے متعلق پڑھے۔ یہ کتابچہ پڑھنے کے بعد میرے دل میں درود شریف پڑھنے کا شوق پیدا ہوا اور میں نے دل میں اللہ کے حضور دعا کی یا اللہ میرے دانتوں میں جو خون آنے کا مرض ہے یہ دور ہو جائے تو میں درود شریف کا ورد ہمیشہ جاری رکھوں گا اور درود شریف کی برکات کا یہ معجزہ میں بھی دیکھنا چاہتا ہوں جس طرح کتابچہ میں باقی لوگوں نے آپ بیتی لکھی ہے۔ ساتھ ہی حضور علیہ صلوۃ وسلام کی خدمت میں عرض کی یا حضور ﷺ درود شریف کا وظیفہ میں نے شروع کردیا اللہ کے حضور میری سفارش فرمائیں۔ اللہ تعالیٰ آپ ﷺ پر میری طرف سے بھیجے درود شریف کی برکت سے میرا مرض دور کردے۔ مجھے بڑی حیرت ہے کہ کچھ دن درود شریف پڑھنے کے بعد میرے دانتوں میں سے خون آنے کا مرض ختم ہوگیا۔ میں نے اس دن سے یہ ارادہ کرلیا کہ میں تاحیات درود شریف کا وظیفہ جاری رکھوں گا۔ بفضل اللہ تعالیٰ میں 15 سال سے چلتے پھرتے اٹھتے بیٹھتے لیٹے ہوئے درود شریف پڑھتا رہتا ہوں۔

(بقیہ: پھلی سہانجنا) (11) پھلیوں کے اچار کی خوراک زیادہ سے زیادہ ڈیڑھ تولہ روزانہ۔ احتیاط: گرم مزاج والے احباب اس کا استعمال نہ کریں کیونکہ ان کیلئے نقصان دہ ہے۔ اس کے علاوہ نزلہ زکام اور بخار کے مریضوں کو بھی اس کا استعمال درست نہیں۔

دل میں سرور اور فرحت کے لیے

''یَا وَارِثُ'' بکثرت پڑھنے سے عمر میں اضافہ، دل میں فرحت اور سرور پیدا ہوتا ہے۔ (بیگم منظور۔ حویلی لکھا)

(بقیہ: درود شریف کی اہمیت)

سے روایت ہے کہ آپ ﷺ کا ارشاد ہے جو شخص مجھ پر ایک مرتبہ درود بھیجے اللہ تعالیٰ اور اس کے فرشتے اس پر ستر مرتبہ درود بھیجتے ہیں۔ (ترغیب)

حضرت انس رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کا ارشاد ہے کہ جس کے سامنے میرا تذکرہ آئے اس کو چاہیے کہ مجھ پر درود بھیجے اور جو مجھ پر ایک مرتبہ درود بھیجے گا اللہ تعالیٰ اس پر دس مرتبہ درود بھیجے گا اور اس کی دس خطائیں معاف کرے گا اور اس کے دس درجے بلند کرے گا۔ (نسائی)

حضرت ابن مسعود رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کا ارشاد ہے کہ بلاشک قیامت میں لوگوں میں سب سے زیادہ مجھ سے قریب وہ شخص ہوگا جو سب سے زیادہ مجھ پر درود بھیجے۔ (ترمذی)

حضرت انس بن مالک رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے فرمایا زمین پر آباد مخلوق کے برابر پروں والا ایک فرشتہ اللہ تعالیٰ پیدا فرماتے ہیں، جس کے بازو مشرق ومغرب میں پھیلے ہوئے ہوتے ہیں، سر عرش سے لگا ہوا، پاؤں تحت الثریٰ میں، جب کوئی درود شریف پڑھتا ہے تو یہ عرش تلے بحر نور کے دریا میں غوطہ لگاتا ہے، پھر باہر نکل کر اپنے پروں کو جھاڑتا ہے۔ اس سے جو قطرے گرتے ہیں ہر قطرے سے ایک فرشتہ پیدا ہوتا ہے جو اس کیلئے قیامت تک بخشش کی دعا مانگتا رہتا ہے۔ (نسائی)

نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کا فرمان ہے جو مجھ پر درود شریف پڑھتا ہے۔ اس کیلئے اللہ تعالیٰ ایک ایسا پرندہ پیدا فرماتے ہیں جس کے ستر ہزار بازو ہوتے ہیں، ہر بازو میں ستر ہزار پر ہوتے ہیں، ہر پر میں ستر ہزار سر ہوتے ہیں، ہر سر میں ستر ہزار چہرے ہوتے ہیں، ہر چہرے میں ستر ہزار منہ ہوتے ہیں، ہر منہ میں ستر ہزار زبانیں، وہ اللہ تعالیٰ کی ستر ہزار بولیوں میں تسبیح کرتا ہے اور اللہ تعالیٰ اس کی ہر تسبیح کے بدلے درود شریف پڑھنے والے کیلئے ثواب لکھتے ہیں (دلائل الخیرات) درود شریف پڑھنے سے یہ کتنی بڑی سعادت حاصل ہوتی ہے کہ جب فرشتے آپ صلی اللہ علیہ وسلم کو ہمارا درود شریف پہنچاتے ہیں تو آپ صلی اللہ علیہ وسلم خوش ہوتے ہیں۔ دعا فرماتے ہیں اور جواب میں سلام عنایت فرماتے ہیں۔ (بیہقی)

کتنے خوش نصیب ہیں وہ لوگ جو روزانہ ہزاروں بار صلوٰۃ وسلام سے آپ کا جواب پاتے ہیں۔ حقیقت یہ ہے کہ ساری زندگی کی جان توڑ محنت کے بعد اگر ایک بار ہی آپ ﷺ کا جواب سلام مل جائے تو دونوں جہان کی دولت سے کروڑ ہا زیادہ ہے۔ درود شریف کو نہایت ادب واحترام کے ساتھ باوضو دوزانوں بیٹھ کر اس تصور کے ساتھ پڑھیں کہ میں روضہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کے سامنے بیٹھا ہوں، آپ ﷺ میرا درود شریف سن رہے ہیں اور آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کے سینہ اطہر سے انوار وبرکات وفیوضات مثل طوفان مجھ پر آرہے ہیں۔ قرآن کریم نے جس ذکر کثیر کی تعلیم دی ہے۔ درود شریف ہی اس کا صحیح مصداق ہوسکتا ہے۔ اللہ تعالیٰ نے حضرت موسیٰ علیہ السلام پر وحی بھیجی کہ اے موسیٰ اگر دنیا میں ایسے لوگ نہ ہوں جو میری حمد وثنا کرتے ہیں تو میں آسمان سے ایک قطرہ پانی نہ ٹپکاؤں، زمین سے ایک دانہ نہ اگاؤں اور بہت سی نعمتوں کا ذکر کرنے کے بعد فرمایا اے موسیٰ کیا تم یہ چاہتے ہو کہ میں تم سے اس سے بھی زیادہ قریب ہو جاؤں، جتنا تمہاری زبان سے تمہارا کلام، جتنے تمہارے دل سے اس کے خیال تمہارے بدن سے اس کی روح اور تمہاری آنکھ سے اس کی روشنی عرض کیا جی ہاں! فرمایا نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم پر درود شریف کی کثرت کرو۔ (قول البدیع)

آدمی اس شخص کے ساتھ ہے، جس سے وہ محبت کرتا ہے۔ وہ شخص ہلاک نہیں ہوگا جس نے اپنی قدر پہچانی۔

(بقیہ: بچے جن کے ہاتھ پاؤں سائنس کھا گئی)

بال سنوار سکتے ہیں، منہ میں لقمہ ڈال سکتے ہیں اور گلاس سے پانی پی سکتے ہیں۔ وہ بچے جن کا ایک ہاتھ سلامت ہے، بہت خوش نصیب سمجھے جاتے ہیں۔ کیونکہ ان کے مصنوعی بازو یا ٹانگوں کو حرکت دینے کے لیے کسی شخص کی ضرورت نہیں۔ وہ صحیح وسالم ہاتھ سے خود ہی بٹن دبا کر اپنا دوسرا بازو یا ٹانگیں ہلا سکتے ہیں۔ لیکن وہ بچے جن کے دونوں ہاتھ مصنوعی ہیں۔ خود اپنے کسی مصنوعی عضو کو حرکت نہیں دے سکتے۔ ان کے والدین یا دوسرے عزیزوں کو ان کے ہاتھ پاؤں ہلانے کے لیے کوشش کرنا پڑتی ہے۔ ماہرین صحت کی رائے ہے کہ یہ بچے دماغی طور پر صحت مند ہیں اور ان کے ساتھ مہربانی اور شفقت سے پیش آنے کی ضرورت ہے۔ ہائیڈل برگ کا ایک پانچ سالہ بچہ جس کے دونوں ہاتھ مصنوعی ہیں، ایک سکول میں پڑھتا ہے وہ بڑا ذہین طالب علم ہے اور سب استاد اس کی تعریف کرتے ہیں۔ سکول کے دوسرے بچوں کے مقابلے میں وہ زیادہ دشواری محسوس نہیں کرتا۔ تھالیڈومائڈ پر دن رات تجربات ہو رہے ہیں۔ ان تجربات سے بہت مفید نتائج کی توقع ہے۔ ادھر سائنس دان اس کوشش میں مصروف ہیں کہ مصنوعی اعضا کو زیادہ سے زیادہ مفید، دلکش، سستے اور پائیدار بنایا جائے۔ سب سے بڑا مسئلہ یہ درپیش ہے کہ ہاتھوں سے محروم بچے مصنوعی اعضا کے باوجود بھی دوسروں کے محتاج رہتے ہیں۔ یہ کمی کیسے پوری کی جائے اور وہ کون سا طریقہ ہے، جس سے ہاتھ اور پاؤں سے محروم بچہ ایک کام کا صرف ارادہ کرے اور مصنوعی اعضا اس کے ذہن کی پیروی کریں۔ ہوسکتا ہے مستقبل قریب میں سائنس دان اس مسئلے کا حل دریافت کرلیں۔ یورپ میں ایسے بچوں کے والدین کی انجمنیں قائم ہیں جہاں لوگ جمع ہو کر آپس میں تبادلہ خیال کرتے ہیں۔ نئی نئی مشکلات ایک دوسرے کے سامنے رکھی جاتی ہیں اور ان کے حل تلاش کیے جاتے ہیں۔ ننھے منے معصوم بچوں کے لیے علیحدہ کلب بھی کھولے گئے ہیں جہاں یہ بچے مختلف کھیل کھیلتے ہیں اس میں شک نہیں کہ سائنس نے اس میدان میں کارہائے نمایاں انجام دیے ہیں لیکن ابھی بہت کچھ کرنے کی ضرورت ہے۔ نامکمل اعضاء والے بچوں کے ایک ڈاکٹر نے بڑے دکھ سے کہا تھا: ''کاش چاند اور ستاروں کی تسخیر کے بجائے دنیا بھر کے سائنس دان مل کر اس ایک بچے کا دکھ دور کرسکیں جس کے بازو ہیں نہ ٹانگیں۔ جو دن بھر اپنے بستر پر گوشت کے لوتھڑے کی طرح پڑا رہتا ہے۔ اس عمر میں تو خیر والدین کھلا پلا دیتے ہیں لیکن جب وہ بڑا ہوگا تو کیا کرے گا۔ کہاں جائے گا۔ کیسے کمائے گا اس بے رحم دنیا میں سوائے بھیک مانگنے کے شاید وہ اور کوئی کام نہ کرسکے، اور ستم تو یہ کہ اس کام کے لیے بھی اسے دوسروں کی مدد کی ضرورت ہوگی۔''

(بقیہ: معاشی اور جسمانی مشکلات سے نجات)

''اور غصے کے ضبط کرنے والے اور لوگوں سے درگزر کرنے والے ہیں اور اللہ تعالیٰ ایسے نیکوکاروں کو محبوب رکھتا ہے۔'' (سورۃ آل عمران آیت نمبر 134) اگر آپ کو غصہ شدید آتا ہے اور آپ سے باہر ہو جاتے ہیں تو (۱۰۱) دفعہ مذکورہ آیت (۲۱) دن تک چینی پر پڑھ کر کھالیں۔

(۱۰) بیٹے اور بیٹی کیلئے رشتہ نصیب ہو

''اَمَّنْ یُّجِیْبُ الْمُضْطَرَّ اِذَا دَعَاهُ وَیَكْشِفُ السُّوْٓءَ'' (پارہ ۲۰ سورۃ النمل ۶۲) ''وہ ذات جو بے قرار آدمی کی سنتا ہے جب وہ اس کو پکارتا ہے (اور اس کی مصیبت کو دور کر دیتا ہے) اگر آپ کو اپنی اولاد کا رشتہ نہیں ملتا تو اٹھتے بیٹھتے مذکورہ آیت کا ورد جاری رکھیں۔

(بقیہ: اسلام اور رواداری)

اس خیال سے محاذِ جنگ میں لے جاتے تھے کہ ان کی موجودگی میں اپنی جانوں پر کھیل جائیں اور پیچھے ہٹنے کا نام نہ لیں۔ ایسی حالت میں اگر محاربین قتل ہو جانے یا مغلوب ہونے کے بعد اسیر ہو جاتے تو ان کے اہل وعیال بھی دوسرے اموال غنیمت میں شامل کر لیے جاتے۔

(بقیہ: میں نیم بے ہوش ہوگئی)

ترکیب استعمال: 5 کپ پانی کو اچھی طرح ابالیں چینی یا شہد حسب ضرورت ڈالیں اور پھر ایک چمچ سفوف ڈال کر دم میں رکھ کر نیچے آگ بند کر دیں۔ تقریباً 2 منٹ کے بعد اتار کر چائے کی طرح پییں اگر لیموں کے چند قطرے ڈالیں تو فائدہ بڑھ جائے گا۔

فائدہ: کھانا جتنا مرضی کھایا ہوا اس قہوہ کے استعمال سے فوراً طبیعت بحال، گیس، تبخیر، نزلہ، زکام، الرجی، سر بھاری ہو، دل ڈوبتا ہوا فوراً ختم ہو جاتا ہے اور کھانا فوراً ہضم ہو جاتا ہے۔ یہ نسخہ دراصل مجھے حضرت مفتی عبدالحمید'' نے عنایت فرمایا تھا۔ یہ نسخہ ہم نے دوپہر کے کھانے میں معمول بنالیا اور گھر بھر کی معدے کی تکلیف ختم ہوگئی اور خوب فائدہ ہوا۔

کھانے کی لذت کے لیے:

کلونجی اور میتھرے ہم وزن پیس کر چٹکی کھانا میں پکانے کے دوران ڈال دیں تو کھانے میں لذت آجاتی ہے۔

(بقیہ: انمول خزانہ اور درود شریف کی برکات)

میرے ہاتھ آگیا میں نے پورا کتابچہ غور سے پڑھا، کتابچہ میں لوگوں کے واقعات پڑھے جن کے مسائل درود شریف کی برکت سے حل ہوئے۔ کتابچہ میں درود شریف کے متعلق احادیث مبارکہ بھی پڑھیں۔ بزرگوں کے بتائے ہوئے طریقہ بھی درود شریف کے متعلق پڑھے۔ یہ کتابچہ پڑھنے کے بعد میرے دل میں درود شریف پڑھنے کا شوق پیدا ہوا اور میں نے دل میں اللہ کے حضور دعا کی یا اللہ میرے دانتوں میں جو خون آنے کا مرض ہے یہ دور ہو جائے تو میں درود شریف کا ورد ہمیشہ جاری رکھوں گا اور درود شریف کی برکات کا یہ معجزہ میں بھی دیکھنا چاہتا ہوں جس طرح کتابچہ میں باقی لوگوں نے آپ بیتی لکھی ہے۔ ساتھ ہی حضور علیہ صلوٰۃ وسلام کی خدمت میں عرض کی یا حضور ﷺ درود شریف کا وظیفہ میں نے شروع کر دیا اللہ کے حضور میری سفارش فرمائیں۔ اللہ تعالیٰ آپ ﷺ پر میری طرف سے بھیجے درود شریف کی برکت سے میرا مرض دور کردے۔ مجھے بڑی حیرت ہے کہ کچھ دن درود شریف پڑھنے کے بعد میرے دانتوں میں سے خون آنے کا مرض ختم ہوگیا۔ میں نے اس دن سے یہ ارادہ کرلیا کہ میں تاحیات درود شریف کا وظیفہ جاری رکھوں گا۔ بفضل اللہ تعالیٰ میں 15 سال سے چلتے پھرتے اٹھتے بیٹھتے لیٹتے ہوئے درود شریف پڑھتا رہتا ہوں۔

(بقیہ: پھلی سہانجنا) (11) پھلیوں کے اچار کی خوراک زیادہ سے زیادہ ڈیڑھ تولہ روزانہ۔ احتیاط: گرم مزاج والے احباب اس کا استعمال نہ کریں کیونکہ ان کیلئے نقصان دہ ہے۔ اس کے علاوہ نزلہ زکام اور بخار کے مریضوں کو بھی اس کا استعمال درست نہیں۔

دل میں سرور اور فرحت کے لیے

''یَـاوَارِثُ'' بکثرت پڑھنے سے عمر میں اضافہ، دل میں فرحت اور سرور پیدا ہوتا ہے۔ **(بیگم منظور۔ حویلی لکھا)**

(بقیہ: درود شریف کی اہمیت)

سے روایت ہے کہ آپ ﷺ کا ارشاد ہے جو شخص مجھ پر ایک مرتبہ درود بھیجے اللہ تعالیٰ اور اس کے فرشتے اس پر ستر مرتبہ درود بھیجتے ہیں۔ (ترغیب)

حضرت انس رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کا ارشاد ہے کہ جس کے سامنے میرا تذکرہ آئے اس کو چاہیے کہ مجھ پر درود بھیجے اور مجھ پر ایک مرتبہ درود بھیجے گا اللہ تعالیٰ اس پر دس مرتبہ درود بھیجے گا اور اس کی دس خطائیں معاف کرے گا اور اس کے دس درجے بلند کرے گا۔ (نسائی)

حضرت ابن مسعود رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کا ارشاد ہے کہ بلاشک قیامت میں لوگوں میں سب سے زیادہ مجھ سے قریب وہ شخص ہوگا جو سب سے زیادہ مجھ پر درود بھیجے۔ (ترمذی)

حضرت انس بن مالک رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے فرمایا زمین پر آباد مخلوق کے برابر پروں والا ایک فرشتہ اللہ تعالیٰ پیدا فرماتے ہیں، جس کے بازو مشرق و مغرب میں پھیلے ہوئے ہوتے ہیں، سر عرش سے لگا ہوا، پاؤں تحت الثریٰ میں، جب کوئی درود شریف پڑھتا ہے تو یہ عرش تلے بحر نور کے دریا میں غوطہ لگاتا ہے، پھر باہر نکل کر اپنے پروں کو جھاڑتا ہے۔ اس سے جو قطرے گرتے ہیں ہر قطرے سے ایک فرشتہ پیدا ہوتا ہے جو اس کیلئے قیامت تک بخشش کی دعا مانگتا رہتا ہے۔ (نسائی)

نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کا فرمان ہے جو مجھ پر درود شریف پڑھتا ہے۔ اس کیلئے اللہ تعالیٰ ایک ایسا پرندہ پیدا فرماتے ہیں جس کے ستر ہزار بازو ہوتے ہیں، ہر بازو میں ستر ہزار پر، ہوتے ہیں، ہر پر میں ستر ہزار سر ہوتے ہیں، ہر سر میں ستر ہزار چہرے ہوتے ہیں، ہر چہرے میں ستر ہزار منہ ہوتے ہیں، ہر منہ میں ستر ہزار زبانیں، وہ اللہ تعالیٰ کی ستر ہزار بولیوں میں تسبیح کرتا ہے اور اللہ تعالیٰ اس کی ہر تسبیح کے بدلے درود شریف پڑھنے والے کیلئے ثواب لکھتے ہیں (دلائل الخیرات) درود شریف پڑھنے سے یہ کتنی بڑی سعادت حاصل ہوتی ہے کہ جب فرشتے آپ صلی اللہ علیہ وسلم کو ہمارا درود شریف پہنچاتے ہیں تو آپ صلی اللہ علیہ وسلم خوش ہوتے ہیں۔ دعا فرماتے ہیں اور جواب میں سلام عنایت فرماتے ہیں۔ (بیہقی)

کتنے خوش نصیب ہیں وہ لوگ جو روزانہ ہزاروں بار صلوٰۃ وسلام سے آپ کا جواب پاتے ہیں۔ حقیقت یہ ہے کہ ساری زندگی کی جان توڑ محنت کے بعد اگر ایک بار ہی آپ ﷺ کا جواب سلام مل جائے تو دونوں جہان کی دولت سے کروڑ ہا زیادہ ہے۔ درود شریف کو نہایت ادب واحترام کے ساتھ باوضو دوزانوں بیٹھ کر اس تصور کے ساتھ پڑھیں کہ میں روضہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کے سامنے بیٹھا ہوں، آپ ﷺ میرا درود شریف سن رہے ہیں اور آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کے سینہ اطہر سے انوار وبرکات و فیوضات مثل طوفان مجھ پر آرہے ہیں۔ قرآن کریم نے جس ذکر کثیر کی تعلیم دی ہے۔ درود شریف ہی اس کا صحیح مصداق ہوسکتا ہے۔ اللہ تعالیٰ نے حضرت موسیٰ علیہ السلام پر وحی بھیجی کہ اے موسیٰ اگر دنیا میں ایسے لوگ نہ ہوں جو میری حمد وثنا کرتے ہیں تو میں آسمان سے ایک قطرہ پانی نہ ٹپکاؤں، زمین سے ایک دانہ نہ اُگاؤں اور بہت سی نعمتوں کا ذکر کرنے کے بعد فرمایا اے موسیٰ کیا تم یہ چاہتے ہو کہ میں تم سے اس سے بھی زیادہ قریب ہو جاؤں، جتنا تمہاری زبان سے تمہارا کلام، جتنے تمہارے دل سے اس کے خیال، تمہارے بدن سے اس کی روح اور تمہاری آنکھ سے اس کی روشنی! عرض کیا جی ہاں! فرمایا نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم پر درود شریف کی کثرت کرو۔ (قول البدیع)

پتھری، ڈائیلاسز اور پیشاب کے غدود لاعلاج نہیں

مسئلہ اگر گردے کی پرانی پتھری کا ہو جو کئی بار آپریشن کے بعد بھی بار بار بن جاتی ہو۔ گردے کا درد، پیشاب کی بندش یا رکاوٹ ہو یا پیشاب قطرہ قطرہ آتا ہو۔ جسم پر اور چہرے پر ورم ہو جاتی ہو یا پھر پتھری ٹوٹ کر پیشاب کی نالی میں اٹک گئی ہو۔ مریض درد کی شدت سے بے قرار اور تڑپ رہا ہو۔ ایسے تمام پیچیدہ عوارضات میں ہماری خالص جڑی بوٹیوں سے تیار دوائی ایک عظیم تریاق اور شفا ہے۔ حتیٰ کہ جن مریضوں کے گردے کمزور ہو گئے ہوں اور یوریا، یورک ایسڈ اور کریٹینن بڑھ گئی ہو اور مریض ڈائیلاسز کے قابل ہو چکا ہو۔ یہ دوائی اس وقت بہت ہی کام کی چیز ہے۔ بے شمار لوگوں نے سالہا سال آزمایا ہے۔ آزمائش کے بعد ہم نے اس کا کورس مرتب کیا ہے۔ الغرض گردوں کے امراض، حتیٰ کہ پتے کی پتھری کے لیے بھی لاجواب چیز ہے۔ پراسٹیٹ یعنی غدود بڑھ جائیں اور آپریشن کے بغیر چارہ نہ ہو تو پھر اس دوائی کا کمال دیکھیں۔ ہاں اعتماد سے کچھ عرصہ استعمال ضروری ہے۔ پراسٹیٹ کے ایسے مریض جنہیں ہر وقت جلن اور پیشاب رُک رُک کر آتا تھا یا بند ہو جاتا تھا انہوں نے یہ دوائی استعمال کی تو پھولے اور بڑھے ہوئے غدود ختم ہو کر پیشاب کے مسائل بالکل ختم ہو گئے۔ (قیمت -/600 روپے علاوہ ڈاک خرچ) (دوا برائے 15 یوم)

بے اولادی اور بانجھ پن قابل علاج ہیں

ایسے مریض جو لیبارٹری ٹیسٹ کے مطابق اولاد پیدا کرنے کے قابل نہیں اور مادہ تولید میں وہ اجسام کمزور ہیں جو اولاد کے قابل بناتے ہیں۔ بے شمار علاج کرا چکے ہوں۔ حتیٰ کہ اب دواؤں کے نام سے چڑ جاتے ہوں۔ سب جگہ سے اعتماد ختم ہو چکا ہو۔ گھریلو زندگی اولاد کے نہ ہونے کی وجہ سے ویران ہے۔ سکون، چین نہیں۔ دنیا کی سب نعمتیں ہیں لیکن اولاد کی نعمت نہیں ہے۔ ایسے مایوس اور اولاد کے غم سے نڈھال مریض تسلی رکھیں اور پریشان نہ ہوں۔ آپ کچھ عرصہ یہ بے اولادی کورس استعمال کریں۔ اگر یہ مرض عورتوں میں ہے تو وہ کچھ عرصہ پوشیدہ کورس استعمال کریں۔ یقین جانیے یہ بے اولادی کورس ایسے مردوں کو بھی فائدہ دے گیا ہے جو بالکل زیرو تھے اور ایک فی صد بھی زندہ اجسام مادہ تولید میں نہیں تھے۔ مایوس اور لاعلاج مریض متوجہ ہوں اور گھر کے آنگن میں اولاد کی نعمت پائیں۔ دوائی استعمال کرنے سے پہلے ٹیسٹ کروائیں اور ایک ماہ کی دوائی کھانے کے بعد ٹیسٹ دوبارہ کرائیں۔ آپ حیرت انگیز واضح فرق محسوس کریں گے۔ ابتدائی طور پر کم از کم ایک ماہ دوائی کھانا لازم ہے۔ (قیمت -/2200 روپے علاوہ ڈاک خرچ) (دوائی برائے 30 یوم)

شوگر کا خاتمہ ممکن ہے

ہمارے شعبہ تحقیق نے بہت ہی کوشش اور جستجو کے بعد ایسے قدرتی خالص اجزاء پر مشتمل ادویات تیار کیں ہیں جو شوگر کے ان مریضوں کے لیے نہایت مفید ہیں جو گولیاں کھا کھا کر اپنے گردوں سے ہاتھ دھو چکے ہیں یا دھونے والے ہیں۔ شوگر کی وجہ سے دل کی کمزوری، پٹھوں کا کھچاؤ، سستی رہنا، دماغی کمزوری، یادداشت کی کمی، نگاہ کی کمزوری، خاص طاقت اور قوت کی زبردست کمی، ٹانگوں کا درد، گھنٹوں سو کر بھی جسم کا چست نہ ہونا۔ ڈپریشن، ٹینشن تھوڑا سا کام کر کے تھک جانا، بیزاری، بے قراری، اور طبیعت کا الجھا ہوا رہنا۔ یہ تمام عوارضات ہوں یا بتدریج ہو رہے ہوں تو یہ کورس جسم میں روح کی مانند ہے اور اندھیرے میں چودھویں کے چاند کی مانند ہے۔ اگر اس کورس کو کچھ عرصہ مستقل اور اعتماد سے استعمال کر لیا جائے تو شوگر اور اس سے پیدا ہونے والے تمام مہلک عوارضات (ان شاء اللہ) ہمیشہ کے لیے ختم ہو جائیں گے۔ آج ہی یہ کورس شروع کریں اور اپنی مردہ زندگی میں جان ڈالیں۔ اعتماد اور آزمائش شرط ہے۔ نوٹ: (فوری طور پر ڈاکٹری دوائیں ختم نہ کریں آہستہ آہستہ ختم کریں) (قیمت -/600 روپے علاوہ ڈاک خرچ) (دوائی برائے 15 یوم)

کمر، جوڑوں اور پٹھوں کا درد وبال کیوں؟

جوڑوں کا درد، کمر کا درد یا پٹھوں کا پرانا درد کسی بھی عمر میں ہو۔ آپ ادویات کھا کھا کر عاجز آ چکے ہوں۔ جسم بے کار ہو گیا ہو۔ زندگی دوسروں کے لیے بوجھ اور اپنے لیے وبال بن گئی ہو۔ ایسے تمام حالات میں یہ دوائی (جس کا کوئی سائیڈ ایفیکٹ نہیں) جو خالص جڑی بوٹیوں سے تیار ہے اور جسم کو ہلکا، تندرست اور جوڑوں کی دردوں اور ورموں کے لیے آخری چیز ہے۔ ایسے مریض جو کمر کے لیے بیلٹ یا خاص بستر استعمال کرتے ہیں یا جوڑوں کے درد کی وجہ سے عبادت اور زندگی کی ضروری حاجات سے بھی عاجز ہیں، ان کے لیے ایک تحفہ اور خوشخبری ہے۔ اعتماد اور بھروسے سے دوائی استعمال کریں کیونکہ یہ دوائی ایسے پرانے مریضوں کے لیے بھی مفید ہے جن کے ہاتھ، پاؤں ٹیڑھے ہو گئے تھے۔ یہ دوا کچھ عرصہ مستقل مزاجی سے استعمال کرنے سے آپ کو معاشرے کا ایک صحت مند اور تندرست شخص بنا دے گی۔ اس کے علاوہ یہ دوائی جسم کو توانائی ہر قسم کی طاقت اور فٹنس کے لیے بھی حیرت انگیز رزلٹ دے گی۔ نوٹ: فوری طور پر ڈاکٹری دوائیں ختم نہ کریں آہستہ آہستہ ختم کریں۔ (قیمت -/600 روپے علاوہ ڈاک خرچ) (دوا برائے 15 یوم)

چہرے کا حسن و جمال نکھر سکتا ہے

کیل مہاسے، چھائیاں، داغ، دھبے، غیر ضروری بال اور جھریاں ختم

مردوں اور عورتوں کے چہرے کے حسن و جمال کے لیے کیل مہاسے، چھائیاں، داغ دھبے، غیر ضروری بال اور جھریاں زہر ہیں۔ ظلم یہ ہے کہ ان پر ایسی کیمیکل بھری زہریلی کریمیں لگائی جاتی ہیں جو وقتی فائدے کے بعد دائمی داغ اور دھبے چھوڑ جاتی ہیں۔ حتیٰ کہ انسان اپنا چہرہ کسی کو دکھانے کے قابل بھی نہیں ہوتا۔ کئی شادیاں صرف چہرے کے حسن و جمال کی وجہ سے ناکام ہوئیں کیونکہ میاں ہو یا بیوی پہلی نظر تو چہرے پر ہی جاتی ہے۔ اگر چہرہ دلکش اور خوبصورت نہ ہو تو لوگوں کا اعتماد اور محبت ختم ہو جاتی ہے۔ سالہا سال کے تجربات کے بعد خالص جڑی بوٹیوں کے مرکب سے ایک کورس مرتب کیا ہے جس میں لگانے کے لیے ایک دیسی کریم بھی ساتھ ہوگی۔ یہ کھانے اور لگانے کی دوائی، اندرونی اور بیرونی نظام کو صاف شفاف کر کے چہرے کو چاند کی طرح بنا دیں گے۔ حتیٰ کہ کیل مہاسے الرجی اور خون کی خرابی، حدت، معدے کی تیزابیت اور دیگر نسوانی یا مردانی خرابیاں دور ہو جاتی ہے۔ پھر چہرے پر لگانے کے لیے خوشبودار دیسی کریم تو ایک دفعہ لگانے سے ہی فوری اپنا رزلٹ دیتی ہے۔ حتیٰ کہ چند بار لگانے سے نئی زندگی، نیا حسن اور اعتماد بڑھتا ہے۔ یہ ایک ماہ کا کورس ہے۔ پرانی مرض کے لیے کچھ عرصہ مستقل دوائی کھانا لازم ہے۔ تمام قسم کے مصالحہ جات، ہر قسم کا گوشت، مصنوعی مشروبات اور تلی ہوئی چیزوں سے سخت پرہیز کریں۔ عجیب چیز یہ ہے کہ اس دوائی کا کوئی بھی سائیڈ ایفیکٹ نہیں۔

نوٹ: عورتیں صرف محرم کے لیے کورس استعمال کریں۔ کیونکہ غیر محرم کے لیے حسن و جمال جائز نہیں (قیمت -/2000 روپے علاوہ ڈاک خرچ) (دوا برائے 30 یوم)

عبقری الحمدُللہ ہر ماہ ہزاروں کی تعداد میں ملک کے کونے کونے میں قارئین متعارف کراتے ہیں، ممکن ہے اسکی کوئی بات آپ کے کام آجائے یا کسی کے روحانی یا جسمانی دکھ درد میں معاون ہو۔ اس لئے براہ کرم مطالعہ کے بعد اپنے کسی دوسرے بھائی کو دے دیجیے۔